INDEX

FRANÇAIS ..... p.4 à 29

ENGLISH ..... p.30 à 55

ESPAÑOL ..... p.56 à 81

DEUTSCH ..... p.82 à 107

• FRANÇAIS

INDEX 4
FELICITATIONS ! 5
PRESENTATION DU MANUEL 6
ANATOMIE DU VELO 7
CONSIGNES DE SECURITE A L'USAGE DE L'UTILISATEUR 8
TYPE D'UTILISATION DE VOTRE NOUVEAU VELO 9
I AVANT LA PREMIERE UTILISATION
Adaptation du vélo à votre morphologie 10
- Installation des pédales 10
- Régler la hauteur de selle 10
- Régler la hauteur du guidon et le jeu de direction 11
Maniement des blocages rapides 13
Informations sur le système de freinage 14
Informations sur le système de changement de vitesse 16
Ajustement de la tension de chaîne sur les vélos mono vitesse 17
Contrôle final 18

II AVANT CHAQUE UTILISATION 18
III REGLAGE DES VITESSES 19
IV ENTRETIEN DU VELO 22
V CAS PARTICULIERS 27
VI COUPLES DE SERRAGE 28
VII GARANTIE ET SERVICE APRES-VENTE 29

Les vélos COMMENCAL sont conformes aux exigences de sécurité décrites dans les normes Européennes :
- EN 14764 «Bicyclettes utilisées sur la voie publique»
- EN 14766 «Bicyclettes tout terrain»

La réimpression, traduction et reproduction (sur papier ou sur support électronique) ainsi que toute autre utilisation commerciale, est interdite sans l' autorisation de **Commençal Bicycles**.

• FELICITATIONS !

Vous venez d'acquérir un vélo **Commençal Bicycles**. Vous êtes sûr de posséder ce qui se fait de mieux en matière de mountain bikes ! En effet, chaque vélo est l'aboutissement d'une longue réflexion et d'un minutieux travail de développement. De la cinématique des suspensions à la géométrie de nos cadres, jusqu'à la sélection des composants, tout est réalisé avec passion par notre équipe R&D afin de vous offrir le meilleur agrément d'utilisation possible. Rien n'est dû au hasard et chaque détail de votre nouveau vélo a été testé, analysé et optimisé. La vie d'un vélo **Commençal** n'est pas de tout repos !

Alors, que vous soyez randonneur, amateur, compétiteur ou que vous rouliez simplement pour le plaisir, nous sommes sûrs que votre vélo **Commençal Bicycles** vous apportera entière satisfaction !

Merci de la confiance que vous portez à Commençal et Bon ride !

• PRESENTATION DU MANUEL

Ce manuel a été conçu afin de vous permettre d'exploiter au maximum et en toute sécurité les performances de votre vélo. Il est impératif de le lire attentivement avant d'utiliser votre vélo pour la première fois. En effet, le non-respect des recommandations qui y figurent peut compromettre le bon fonctionnement de votre vélo ou vous mettre en danger.

Ce manuel rassemble toutes les informations utiles pour utiliser et entretenir votre vélo. Une fiche technique dédiée aux réglages spécifiques de nos produits, tel que le réglage des suspensions, est également fournie avec chacun de nos vélos ou kit cadres.

N'hésitez pas à vous adresser à votre revendeur **Commençal Bicycles** en cas de doutes ou de problèmes. Vous y trouverez des personnes compétentes qui seront à même de vous renseigner.

Si toutefois vous rencontrez un problème que votre revendeur **Commençal Bicycles** ne peut pas résoudre, ou pour tout renseignement technique contactez nous par mail à l'adresse **info@commencal.com.**

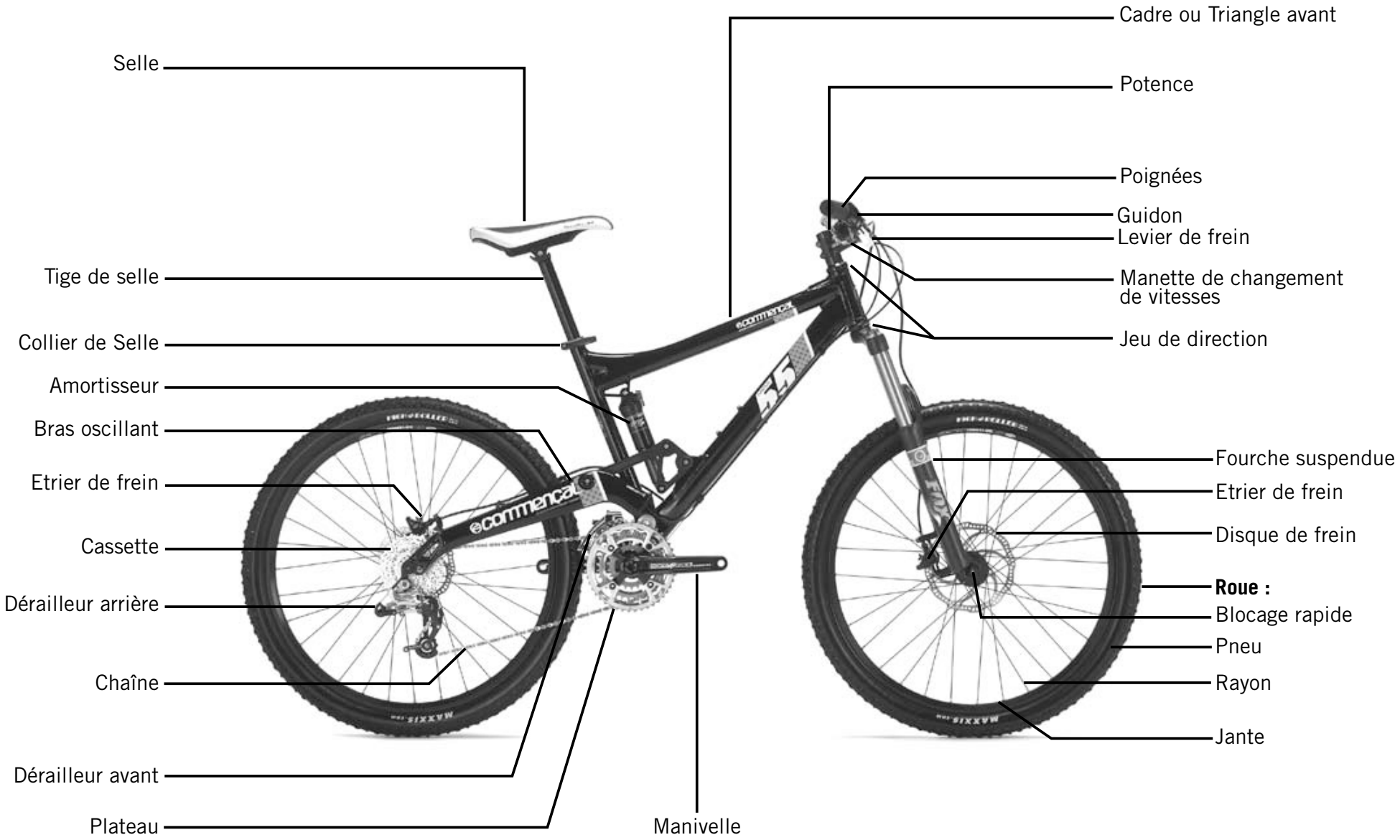
Légende des pictogrammes :

Vous informe sur un danger potentiel lors de l'utilisation de votre vélo si les recommandations suivantes ne sont pas respectées.

Vous informe sur un risque de disfonctionnement de votre vélo voire un risque pour sa durée de vie si les recommandations suivantes ne sont pas respectées.

Vous informe d'une astuce qui vous permettra de profiter pleinement des qualités de votre **Commençal Bicycles**.

• ANATOMIE DU VELO



• IMPORTANT : CONSIGNES DE SECURITE A L'USAGE DE L'UTILISATEUR

1. Veillez à ce que le vélo soit adapté et réglé à votre taille comme indiqué au chapitre « avant la première utilisation ».

2. Avant chaque utilisation vérifiez systématiquement les points indiqués dans le chapitre « Avant chaque utilisation ».

3. Entretenez votre vélo régulièrement comme indiqué au chapitre « Entretien du vélo » afin de lui assurer un fonctionnement parfait et une longévité optimale.

4. Respectez le type d'utilisation pour lequel votre vélo a été conçu en vous référant au chapitre « Type d'utilisation de votre nouveau vélo ».

5. Après une chute, ou si vous avez le moindre doute sur la fiabilité de votre vélo, rendez vous chez votre détaillant **Commençal Bicycles** afin qu'il réalise un contrôle approfondi des éléments de sécurité.

6. Portez un casque homologué en toutes circonstances.

7. Lorsque vous roulez sur la voie publique votre vélo doit être équipé d'un dispositif d'éclairage, de réflecteurs et d'une sonnette. Vous devez vous assurer de leur bon fonctionnement. Rappelez vous que sur la route, un vélo est considéré comme un véhicule. De ce fait veuillez respecter les diverses exigences légales nationales relatives à la circulation sur la voie publique.

8. Respectez le code de la route en toutes circonstances.

9. En tout terrain veuillez n'utiliser que des chemins où la pratique du VTT est autorisée.

10. Si vous pratiquez en montagne, informez vous avant de partir des conditions climatiques, le temps peut changer rapidement.

11. Ne perdez pas de vue que le vélo est une activité potentiellement dangereuse et qu'elle peut vous exposer à des risques de blessure. Par conséquent vous devez toujours veiller à avoir le contrôle de votre vélo.

12. Ne présumez jamais de vos forces ou de vos capacités techniques.

13. Pour réparer et entretenir votre vélo, n'utilisez que des pièces de même modèle et de même marque que celles qui sont montées d'origine sur votre vélo. L'utilisation de pièces de rechange autres que celles d'origine annulerait la garantie et risquerait de provoquer un disfonctionnement de votre vélo. Ce type de défaillance peut entraîner une perte de contrôle de votre vélo, vous exposant ainsi à un risque de blessure grave.

14. **Commençal Bicycles** se dégage de toute responsabilité en cas de non-respect des instructions indiquées dans ce manuel et de la modification du vélo sous quelque forme que ce soit.

ATTENTION ! Le poids maximum autorisé vélo+cycliste+bagages est de 120 kg pour nos vélos disposant d'un système de freinage à disques et de 100Kg pour nos vélos disposant d'un système de freinage sur jantes (type V-Brake). Pour connaître le poids total autorisé cycliste+bagages, soustrayez le poids de votre vélo à 120kg dans le cas d'un vélo disposant d'un freinage à disques et à 100Kg dans le cas d'un freinage sur jantes (type V-Brake).

• TYPE D'UTILISATION DE VOTRE NOUVEAU VELO

Les vélos **Commençal** sont des produits de haute technologie, ils sont assemblés sans compromis, avec des équipements rigoureusement sélectionnés, afin de vous offrir les meilleures performances possibles en fonction de votre pratique. De ce fait, chaque modèle a été conçu pour un domaine d'utilisation bien défini.
Afin de savoir pour quel domaine d'utilisation votre **Commençal Bicycles** a été conçu veuillez vous référer au tableau ci-dessous :

TYPE D'UTILISATION

1) VTT semi rigide de cross country : utilisation sur tout type de surface, macadam – terre – roches – racines - sur des parcours tout terrain de type cross-country ne présentant pas de fort dénivelé. Les deux roues ne doivent pas quitter le sol en même temps. Pas de saut.

2) VTT tout suspendu de marathon/enduro : inclue utilisation type 1, plus utilisation sur des parcours présentant de forts dénivelés. Les roues peuvent quitter momentanément le sol, mais pas de saut type doubles bosses, gap etc….

3) VTT tout suspendu de freeride, débattement supérieur à 150mm : inclue utilisation type 2, plus possibilité d'effectuer des sauts type doubles bosses, gap etc…

4) VTT semi-rigide de dirt : utilisation uniquement sur des pistes spécialement prévues pour une utilisation urbaine ou dirt de type : skate park, piste de BMX etc….

5) Vélo trekking : utilisation uniquement sur des routes goudronnées. Les roues doivent constamment être en contact avec le sol.

Note : pour connaître le type de votre vélo, référez vous à la fiche technique qui vous à été remise lors de l'achat de ce dernier.
Aucun vélo Commençal Bicycles n'est compatible avec un système de porte bagages.

AVERTISSEMENT ! Il est très important de respecter le type d'utilisation pour lequel votre vélo a été conçu. En effet, une utilisation inappropriée même occasionnelle, peut entraîner la rupture d'un des composants du vélo et ainsi s'avérer extrêmement dangereuse pour vous.

I. AVANT LA PREMIERE UTILISATION

Vous allez utiliser votre nouveau vélo **Commençal** pour la première fois. Celui-ci vous a été remis, préparé et réglé par un revendeur officiel **Commençal Bicycles**. Ce dernier vous a conseillé dans la taille du cadre à adopter. Cependant, afin de l'adapter à votre morphologie et d'utiliser votre nouveau vélo en toute sécurité, veuillez effectuer l'ensemble des contrôles suivants.

A. Adaptation du vélo à votre morphologie

- Installation des pédales

Certain de nos vélos sont livrés avec des pédales. Attention les pédales droites et gauches sont différenciées, elles n'ont pas le même sens de montage ! Graissez légèrement le filetage des pédales avant leur installation. La pédale droite se visse dans le sens des aiguilles d'une montre, alors que la pédale gauche se visse dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
Serrez les pédales jusqu'à ce qu'elles soient fermement unies aux manivelles.

- Régler la hauteur de selle

fig.1

La hauteur de selle est le principal réglage pour déterminer votre confort sur le vélo ainsi que votre efficacité au pédalage. Pour l'ajuster, voici une méthode très simple : placez une manivelle dans le prolongement du tube de selle, pied nu, placez votre talon sur la pédale qui est en bas. Dans cette position, vous devez avoir la jambe juste tendue sans avoir le bassin déhanché **(fig.1)**.

Pour l'ajuster vous devez desserrer le collier de serrage du tube de selle. S'il est à vis référez vous au chapitre des couples de serrages préconisés **(chap.VI)**. S'il est à blocage rapide référez vous au chapitre : « maniement des blocages rapides ».

ATTENTION ! Il est très important de ne pas sortir la tige de selle du cadre au-delà du repère minimum d'insertion inscrit sur la tige de selle (fig.2). En effet, cela pourrait entraîner la casse du cadre ou de la tige de selle. Si aucun repère n'apparaît sur la tige de selle veuillez respecter une profondeur d'insertion minimale de 9cm.

fig.2

Certains cadres ont une hauteur de selle minimale à respecter. Elle est matérialisée par une butée dans le cadre. Si vous sentez une résistance en position basse, c'est que la tige de selle arrive en butée, il ne faut donc pas la descendre plus ! Si vous avez le moindre doute n'hésitez pas à contacter votre revendeur Commençal Bicycles qui saura vous conseiller.

CONSEIL ! Afin de vous assurer que votre vélo n'est pas trop grand pour vous, nous vous invitons à faire le test suivant : la selle positionnée au plus bas possible, vous devez pouvoir vous asseoir sur celle-ci et avoir vos deux pieds posés à plat sur le sol. Dans le cas contraire votre vélo est trop grand, vous ne devez donc pas l'utiliser.

CONSEIL ! Vérifiez que la partie de la tige de selle insérée dans le cadre soit légèrement graissée (sauf cadre carbone) afin de prévenir son grippage. Prenez garde à ce que l'ouverture du collier de selle soit en face de l'ouverture du cadre (fig.3).

fig.3

- Régler la hauteur du guidon et le jeu de direction

Ajuster la hauteur du guidon permet d'adapter votre position en fonction du niveau de confort recherché. Sur les systèmes présents sur nos vélos, la hauteur du guidon s'ajuste sur une plage réduite en modifiant la position des entretoises de direction. Plus le guidon est haut, plus votre buste est redressé et ainsi vous disposez d'un maximum de confort. Inversement, un guidon plus bas vous offrira une position de pédalage plus performante car plus aérodynamique mais avec moins de confort.

AVERTISSEMENT ! Vous devez absolument conserver toutes les entretoises montées d'origine sur le pivot de fourche. En effet, en supprimer ou en rajouter peut avoir des conséquences dramatiques sur la fiabilité de votre vélo et sur votre intégrité physique.

ATTENTION ! Tous nos vélos sont équipés de jeux de direction à système aheadset. Avec ce système le jeu de direction est préréglé par l'intermédiaire de la potence. De ce fait, toute modification de la hauteur du guidon nécessitera de régler le jeu de direction. Cette manipulation est délicate et requiert de l'expérience, si vous avez le moindre doute n'hésitez pas à vous adresser à votre revendeur Commençal Bicycles pour qu'il réalise cette opération.

Méthode :

1. Dévissez la vis de réglage du jeu de direction **A (fig.4)** se situant en haut du pivot de fourche. Enlevez la vis ainsi que le bouchon de potence.

2. Dévissez les vis latérales de la potence **B (fig.4)**. Desserrez-les alternativement par quart de tour, cela facilitera l'opération.

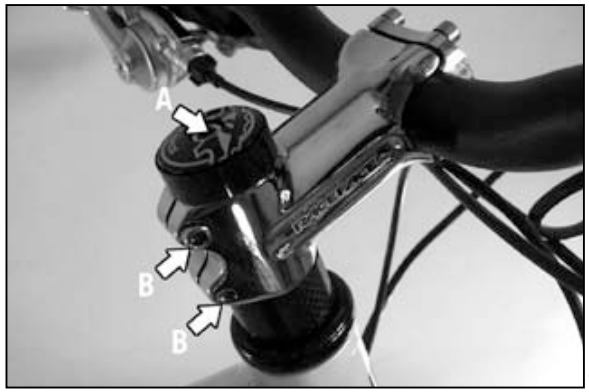


fig.4

3. Si votre vélo possède une fourche double té, desserrez également les vis du té supérieur **A (fig.5)**.

fig.5

4. Vous pouvez maintenant ajuster la hauteur du guidon en modifiant la position des entretoises de direction. Vous pouvez les placer au-dessous ou au-dessus de la potence **(fig.6)**. Si votre potence est réversible, vous pouvez également la retourner. Pour savoir si elle est réversible référez vous à la notice de la potence qui vous a été remise lors de l'achat.

fig.6

5. Une fois la hauteur du guidon ajustée, réinstallez la vis et le capot de potence. Centrez le guidon par rapport à la roue avant.

6. Vous devez maintenant régler le jeu de direction. Vissez la vis du bouchon de potence. Attention c'est une vis de réglage, pas de serrage. Dès que vous sentez une résistance, arrêtez de visser !

7. Contrôlez maintenant qu'il n'y ait aucun jeu dans l'ensemble potence/fourche/cadre. Pour ce faire, bloquer la roue avant à l'aide du frein avant et effectuez un mouvement de l'avant vers l'arrière avec vos bras **(fig.7)**. Si du jeu apparaît dans la direction, resserrez d'un quart de tour la vis du bouchon du jeu de direction et contrôlez à nouveau le jeu. Si le jeu persiste contactez votre revendeur **Commençal Bicycles** pour qu'il réalise l'opération.

fig.7

8. Une fois le jeu réglé, vérifiez que la direction tourne librement. Pour le contrôler, soulevez la roue avant et tournez le guidon de gauche à droite. Le guidon doit tourner librement, sans point dur.

9. Votre jeu de direction est maintenant ajusté, vérifiez une dernière fois que le guidon est bien centré par rapport à la roue avant. Vous pouvez maintenant resserrer les vis latérales de la potence en respectant les couples de serrages préconisés **(chap VI)**, serrez-les alternativement, cela garantira la fiabilité de l'opération.

B. Maniement des blocages rapides

AVERTISSEMENT! Les serrages rapides sont des éléments de sécurité essentiels. Une mauvaise utilisation peut causer la perte d'un ou plusieurs éléments du vélo et s'avérer ainsi extrêmement dangereuse pour vous.

Pour régler vos serrages rapides de façon appropriée suivez attentivement les instructions suivantes.

Note : la procédure suivante est également valable pour les blocages rapides de selle.

1. Placez le levier **A** sur la position ouverte (open) **(fig.8)** et veillez à ce que la roue soit parfaitement en contact avec le fond des pattes. Pour y parvenir appuyez vous sur le guidon pour la roue avant et sur la selle pour la roue arrière.

2. Rabattez le levier à mi-chemin entre la position ouverte et fermée et serrez l'écrou de réglage **B**, qui est du côté opposé au levier, à la main. Cet écrou de précontrainte détermine la puissance du serrage.

fig.8

3. Placez ensuite le levier dans la paume de votre main et rabattez le vers la position fermée (close). Il est normal de sentir une résistance et de devoir produire un effort plus important en bout de course. Si en position fermée vous arrivez à tourner le levier, le serrage n'est pas satisfaisant. Dans ce cas, il vous faut rouvrir le levier et resserrer d'un demi-tour l'écrou de précontrainte.
Rabattez ensuite le levier jusqu'à la position fermée (close). Répétez l'opération jusqu'à obtenir un serrage satisfaisant.

4. En position fermée (close), le levier doit être parallèle à la roue et aligné le long de la fourche ou du cadre afin de prévenir toute ouverture intempestive **(fig.9 et 10)**.

fig.9

fig.10

CONSEIL ! D'autres systèmes de serrage de roues existent, notamment sur les vélos prévus pour une utilisation engagée. Ces serrages de type « QR 20 » apportent un surcroît de rigidité et réclament une manipulation spécifique. Si votre vélo dispose d'un système autre que celui qui est présenté ci-dessus, veuillez consulter la notice du fabricant qui vous a été remise lors de l'achat de votre vélo afin de pouvoir l'ajuster en toute sécurité.

C. Informations sur le système de freinage

>> IMPORTANT
Le système de freinage est un élément très important pour votre sécurité car il vous permet d'adapter votre vitesse en fonction de la circulation. Avant d'utiliser votre vélo pour la première fois, veuillez prendre soin de vérifier la correspondance des leviers par rapport aux freins avant et arrrière. Pour savoir à quel levier correspond l'utilisation du frein avant, soulevez la roue avant de manière à pouvoir la faire tourner dans le vide et actionnez le levier gauche. Si la roue s'arrête le frein avant correspond au levier gauche, dans le cas contraire le frein avant correspond au levier droit. Si la configuration des commandes ne vous correspond pas, ou si vous avez le moindre doute quant à leur parfait fonctionnement, adressez vous à votre revendeur **Commençal Bicycles**.

AVERTISSEMENT ! Sur chaussée mouillée ou glissante, les distances de freinage se rallongent. En effet, l'efficacité de votre freinage est limitée par le risque de blocage de roue, beaucoup plus important que sur terrain sec. Par conséquent, vous devez réduire votre vitesse afin de prévenir tout risque de perte de contrôle.

Trois types de systèmes de freinage peuvent être montés sur les vélos **Commençal Bicycles** :

- Frein à patins de type v-brake
- Frein à disque à tirage par câble
- Frein à disque hydraulique

AVERTISSEMENT ! Afin de rouler en toute sécurité, il est indispensable que les surfaces de freinage soient propres et dépourvues de tout corps gras. Vérifiez la propreté des jantes ou des disques en fonction du système de freinage.

- Contrôle et mise au point des freins à patins de type v-brake

AVERTISSEMENT ! Les flancs de la jante sont, tout comme les patins de frein, soumis à un phénomène d'usure. Par conséquent, il est indispensable de remplacer la jante lorsque celle-ci est usée. Un témoin d'usure sur la jante permet de visualiser son état de fatigue. Si vous ne remplacez pas la jante à temps, celle-ci peut éclater en roulant ce qui provoquerait inévitablement votre chute.

1. Vérifiez qu'au repos les patins de freins ne touchent ni la jante ni le pneu, au besoin soulevez les roues et faites-les tourner dans le vide. Si un des patin touche le pneu ou s'il n'est pas parallèle à la jante, vous devez ajuster sa position avant d'utiliser votre vélo, par l'intermédiaire de l'écrou prévue à cet effet, reportez vous au chap.VI pour connaître le couple de serrage préconisé.

2. Au repos, les patins doivent être à 1mm de la jante. Pour ajuster leur course, il vous faut ajuster la tension du câble par l'intermédiaire du contre-écrou au levier de frein **A (fig.11)**. Pour rapprocher les patins, dévissez le contre-écrou, dévissez le barillet de tension du câble jusqu'à obtenir le réglage souhaité. Revissez maintenant le contre-écrou.

fig.11

3. Contrôlez maintenant que les deux patins de frein entrent simultanément en contact avec la jante. Si ce n'est pas le cas, vous pouvez régler l'écartement des patins grâce aux vis latérales situées sur les étriers de frein **(voir fig.12)**. Ces vis agissent sur la précontrainte des ressorts de l'étrier. Dévisser la vis rapproche le patin, la visser l'éloigne. Par exemple, pour éloigner le patin gauche de la jante, vous devez visser la vis de l'étrier gauche.

fig.12

4. Une fois les réglages effectués, vous devez impérativement tester vos freins à l'arrêt afin de vous assurer de leur bon fonctionnement.

Généralités sur les Freins à disques :

ATTENTION ! Les freins à disque, qu'ils soient hydrauliques ou non, sont des systèmes mécaniques complexes et disposent de nombreux réglages. Afin de rouler en toute sécurité et de profiter au maximum de leur performance, nous vous conseillons de consulter la notice du fabriquant qui vous a été remise lors de l'achat de votre vélo.

AVERTISSEMENT ! Les disques de frein atteignent des températures de fonctionnement très élevées. Ne les touchez surtout pas, notamment après une longue descente, vous pourriez vous brûler.

>>IMPORTANT
Les systèmes de frein à disque, qu'ils soient hydrauliques ou non, nécessitent une période de rodage avant d'obtenir un freinage optimal. Il se peut que la puissance de freinage soit très faible lors de vos premiers tours de roue. On vous recommande la plus grande prudence pendant cette période ! Il ne faut pas non plus effectuer de freinages prolongés avant la fin du rodage, type descente de montagne, ce qui pourrait glacer les plaquettes et rendre le frein moins performant.
La durée du rodage dépend du modèle de frein et des conditions climatiques. On peut néanmoins affirmer qu'après une cinquantaine de décélérations complètes de 30km/h à 0, le frein est rodé. On considère la période de rodage du frein totalement terminée, lorsque la puissance de freinage n'augmente plus au fur à mesure de son utilisation.

- Contrôle et mise au point des freins à disque à tirage par câble

1. Actionnez les leviers de frein, en bout de course ils ne doivent pas arriver en contact avec le cintre. Si c'est le cas, ajuster la tension de câble comme indiqué au chapitre « Contrôle et mise au point des freins à patins de type VB ».

2. Soulevez les roues du sol et faites-les tourner. Elles doivent tourner librement sur plusieurs tours. Si ce n'est pas le cas il faut régler l'étrier. C'est une opération complexe qui nécessite la plus grande attention. Contactez votre revendeur **Commençal Bicycles** qui réalisera lui-même l'opération.

3. Une fois les réglages effectués, vous devez impérativement tester vos freins à l'arrêt afin de vous assurer de leur bon fonctionnement.

CONSEIL ! Il se peut qu'un léger bruit soit audible lorsque la roue tourne. Ce bruit provient d'un léger frottement entre le disque et les plaquettes et disparaîtra après la période de rodage. En revanche si la roue ne tourne pas librement ou si le bruit ne disparaît pas, rendez vous chez votre revendeur Commençal Bicycles pour qu'il vérifie votre système de freinage.

- Contrôle et mise au point des freins à disque hydraulique

AVERTISSEMENT ! Le liquide contenu dans les freins hydrauliques est néfaste pour la santé. En cas de contact avec la peau, rincez-la à l'eau claire et consultez votre médecin. De même, le liquide de frein est agressif pour la peinture, les vêtements, etc… Faites donc très attention lors de sa manipulation.

AVERTISSEMENT ! L'étanchéité du système hydraulique garantit le bon fonctionnement de votre système de frein. Par conséquent, si vous constatez une fuite, même minime ne roulez surtout pas avec votre vélo et amenez-le chez votre revendeur Commençal Bicycles pour qu'il effectue les contrôles nécessaires. Par ailleurs, veillez à ce que le liquide de frein n'entre pas en contact avec les disques ou les plaquettes, cela altérerait dangereusement l'efficacité du freinage.

1. Actionnez les leviers de freins, en bout de course ils ne doivent pas arriver en contact avec le cintre. Si c'est le cas, n'utilisez pas votre vélo et rendez vous chez votre revendeur **Commençal Bicycles** pour qu'il contrôle votre système de freinage.

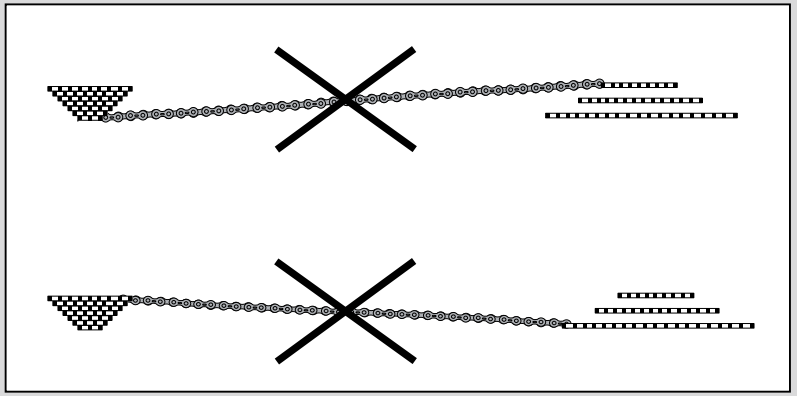
2. Soulevez les roues du sol et faites-les tourner. Elles doivent tourner librement sur plusieurs tours. Si ce n'est pas le cas il faut régler le centrage de l'étrier. C'est une opération complexe qui nécessite la plus grande attention. Contactez votre revendeur **Commençal Bicycles** qui réalisera lui-même l'opération.

3. Une fois les réglages effectués, vous devez impérativement tester vos freins à l'arrêt afin de vous assurer de leur bon fonctionnement.

D. Informations sur le système de changement de vitesse

Note : si vous désirez régler l'indexation des changement de vitesse, reportez vous au chap.III.

CONSEIL ! Les vélos modernes offrent jusqu'à 27 vitesses, cependant, toutes ne sont pas utilisables. En effet, les rapports extrêmes, type grand plateau / grand pignon, font travailler la chaîne de manière oblique, ce qui a pour conséquence de diminuer grandement la durée de vie des organes de transmission. On appelle ce type de rapport « croisement de chaîne ». Pour éviter de croiser la chaîne, n'utilisez que les cinq plus petits pignons quand la chaîne est sur le grand plateau et les cinq plus grands pignons quand la chaîne est sur le petit plateau.



CONSEIL ! Les freins à disque hydrauliques disposent d'un système de rattrapage automatique de l'usure des plaquettes. De ce fait, quand les roues ne sont pas sur le vélo n'actionnez surtout pas les leviers de frein ! Cela aurait pour conséquence de coller les plaquettes au disque ce qui rendrait le remontage des roues impossible. Si cela arrive, rendez vous chez votre revendeur Commençal Bicycles pour qu'il réalise lui-même l'opération.

- Tous nos vélos sont équipés d'un système de vitesse indexée :

La manette gauche au guidon, commande le dérailleur avant. La manette droite, commande quant à elle le dérailleur arrière.

Le système de dérailleur a pour fonction d'adapter votre pédalage aux reliefs du terrain. Il fonctionne toujours de la manière suivante :

Pour le dérailleur Avant :

- Grand plateau : développement important adapté pour les descentes.
- Petit plateau : faible développement adapté aux montées.

Pour le dérailleur Arrière :

- Grand pignon : faible développement adapté aux montées.
- Petit pignon : développement important adapté pour les descentes.

E. Ajustement de la tension de chaîne sur les vélos mono vitesse

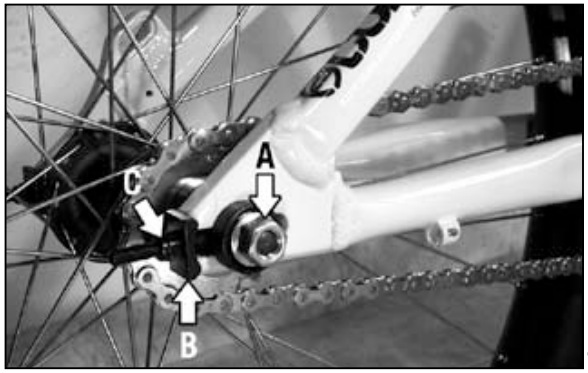


fig.13

1. Si votre vélo dispose d'une patte de frein amovible, desserrez légèrement la vis qui la maintient sur le cadre.

2. Desserrez les écrous **A** de l'axe de la roue arrière **(fig13)**.

3. Si votre vélo dispose de tendeurs de chaîne **B**, vissez l'écrou **C** en prise sur la tige filetée pour augmenter la tension de la chaîne **(fig13).**

4. Dévissez les écrous **C** pour réduire la tension de chaîne **(fig13).**

5. Veillez à visser ou dévisser ces écrous de manière symétrique de façon à conserver un bon centrage de la roue par rapport au cadre.

6. Ajuster la tension de chaîne de telle façon qu'à mi-distance de l'axe de la roue et de l'axe du pédalier la chaîne ait un jeu vertical de 1cm environ **(fig.14)**.

fig.14

7. Resserrez les écrous **A** de l'axe de la roue arrière (couple de serrage à respecter : 30N.m).

8. Resserrez la patte de frein à disque le cas échéant (couple de serrage à respecter 8N.m).

9. Tournez les manivelles à la main sur quelques tours, et contrôlez en différents points que la tension de la chaîne soit satisfaisante.

F. Contrôle final

Faites rebondir votre vélo sur le sol en le soulevant d'une dizaine de centimètres. Aucun bruit anormal ne doit apparaître. Dans le cas contraire, contrôlez tous les jeux et les assemblages vissés en prenant soin de respecter les couples de serrage préconisés **(chap.VI)**.

Vous pouvez utiliser votre vélo, lorsque tous les points de contrôles ont été validés.

Si vous avez le moindre doute et afin de prendre la route en toute sécurité, rendez vous chez votre revendeur **Commençal Bicycles**.

II. AVANT CHAQUE UTILISATION

Avant chaque sortie, veuillez impérativement contrôler les points suivants.

AVERTISSEMENT ! Tout manquement à un de ces contrôles peut amener une défaillance sur le vélo et pourrait s'avérer très dangereux pour vous. Si vous constatez la moindre anomalie, ne roulez pas avec votre vélo et rapportez le chez votre revendeur Commençal Bicycles pour qu'il l'inspecte.

1. Votre position sur le vélo doit être correctement ajustée **(chap.I).**

2. Les roues doivent être correctement serrées **(chap.I).**

3. Vérifiez que les roues tournent sans voile ni saut et qu'aucun rayon ne soit détendu **(chap.IV).**

4. Les pneus doivent être en bon état et leur pression de gonflage doit respecter les préconisations inscrites sur le flanc du pneu **(chap.IV).**

5. Vérifiez l'usure des garnitures de frein **(chap.IV).**

6. Contrôlez qu'il n'y ait pas de jeu dans votre vélo **(chap.I et IV).**

7. Vérifiez les différents éléments vissés en contrôlant les couples de serrage préconisés **(chap.VI).**

8. Si votre vélo dispose de suspensions, vérifiez leurs réglages **(fiche technique).**

9. Vérifiez que votre cadre ainsi que votre cintre et votre potence ne présentent aucune trace d'usure, de fissure ou de choc. Vérifiez notamment les soudures **(chap.IV).**

10. Faites un essai de freinage à l'arrêt. Actionnez les leviers de frein et vérifiez que ces derniers n'arrivent pas en contact avec le cintre **(chap.I).**

11. Vérifiez que vos vitesses fonctionnent correctement. Vérifiez également l'usure des éléments de transmission **(chap.III et IV).**

III. REGLAGE DES VITESSES

AVERTISSEMENT ! En cas de mauvais réglage, la chaîne peut sauter, privant soudainement le vélo de son entraînement ce qui peut provoquer votre chute ! Une fois le réglage des vitesses terminé, il est indispensable de réaliser un essai à l'écart de la circulation afin de vous assurer de leur bon fonctionnement

Le réglage de l'indexation des vitesses est une opération délicate qui réclame du savoir-faire. Nous vous conseillons donc de faire réaliser cette manipulation par votre revendeur **Commençal Bicycles**. Toutefois si vous souhaitez l'effectuer vous-même, veuillez suivre les recommandations suivantes.

1. Le dérailleur avant

- Les vis de butées :

Dans un premier temps, vous devez vérifier le bon réglage des vis de butées, elles sont au nombre de deux **(voir fig.15)**.

fig.15

La vis repérée L, pour Low speed, empêche la chaîne de dérailler du petit plateau vers l'intérieur du cadre.

La vis repérée H, pour High speed, empêche la chaîne de dérailler du grand plateau vers l'extérieur du cadre.

Plus vous vissez l'une de ces deux vis, plus l'amplitude du débattement du dérailleur se réduit.
Note : par convention on visse toujours dans le sens des aiguilles d'une montre et inversement

Pour déterminer leur réglage, vous devez conserver un espace d'environ :

- 0,5mm entre la chaîne et la partie interne de la fourchette **A** du dérailleur quand la chaîne se trouve sur le petit plateau **(fig.16)**.

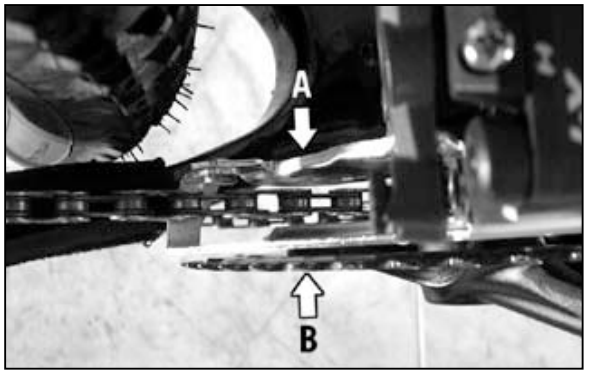


fig.16

- 0,5mm entre la chaîne et la partie externe de la fourchette **B** du dérailleur quand la chaîne se trouve sur le grand plateau.

Exemple : si la chaîne positionnée sur le petit plateau touche la partie interne de la fourchette du dérailleur avant, dévissez la vis repérée L jusqu'à obtenir l'espace préconisé.

CONSEIL ! Une câblerie en mauvais état, peut être à l'origine d'un disfonctionnement de votre changement de vitesse. Dans le doute, rendez vous chez votre revendeur Commençal Bicycles pour qu'il effectue un remplacement de vos câbles et gaines.

- Tension du câble :

La tension du câble détermine la précision du passage des vitesses. La tension s'ajuste par l'intermédiaire du barillet qui est placé à l'entrée du câble sur la manette de dérailleur **(fig.17)**. Plus vous dévissez ce barillet et plus la tension du câble augmente. À l'inverse plus vous le vissez et plus la tension du câble diminue.

fig.17

Si vous avez des difficultés à faire monter la chaîne sur les deux plus grands plateaux, vous devez augmenter la tension du câble :

. Placez la chaîne sur le petit plateau.

. Dévissez le barillet de la manette du dérailleur avant d'un demi-tour.

. Actionnez ensuite la gâchette de la manette afin de faire passer la chaîne sur le plateau intermédiaire.

. Si le changement de vitesse ne se fait pas correctement, recommencez l'opération jusqu'à obtenir un changement de plateau satisfaisant.

Si vous avez des difficultés à faire descendre la chaîne sur les deux plus petits plateaux, vous devez diminuer la tension du câble :

. Placez la chaîne sur le grand plateau.

. Vissez le barillet de la manette du dérailleur avant d'un demi-tour.

. Actionnez ensuite la gâchette de la manette afin de faire descendre la chaîne sur le plateau intermédiaire.

. Si le changement de vitesse ne se fait pas correctement, recommencez l'opération jusqu'à obtenir un changement de plateau satisfaisant.

CONSEIL ! Si vos vitesses ne fonctionnent pas correctement, il se peut que cela soit lié à un mauvais positionnement de votre dérailleur. La fourchette du dérailleur doit être parallèle aux plateaux et 3mm maximum au-dessus de la plus haute dent du grand plateau (fig.1). Pour en savoir plus consultez la notice du fabricant qui vous a été remise lors de l'achat de votre vélo, ou rendez vous chez votre revendeur Commençal Bicycles pour qu'il réalise lui-même l'opération.

fig.18

2. Le dérailleur arrière

- Les vis de butée :

Dans un premier temps, vous devez vérifier le bon réglage des vis de butée. Elles sont aux nombres de deux **(fig.19)**.

La vis repérée L, pour Low speed, empêche la chaîne de dérailler du grand pignon vers le rayonnage de la roue.
La vis repérée H, pour High speed, empêche la chaîne de dérailler du petit pignon vers l'extérieur du vélo.
Plus vous vissez l'une de ces deux vis, plus l'amplitude du débattement du dérailleur se réduit.

fig.19

Pour déterminer leur bon réglage assurez-vous que :
Lorsque la chaîne est positionnée sur le grand pignon, les galets du dérailleur doivent être alignés en-dessus.
Lorsque la chaîne est positionnée sur le petit pignon, les galets du dérailleur doivent être alignés sous le petit pignon.

Tension du câble :

La tension du câble détermine la précision du passage des vitesses. La tension s'ajuste par l'intermédiaire du barillet qui est placé à l'entrée du câble sur la manette de dérailleur. Plus vous dévissez ce barillet et plus la tension du câble augmente. À l'inverse, plus vous le vissez et plus la tension du câble diminue.

CONSEIL ! Si vos vitesses ne fonctionnent pas correctement, il se peut que la patte de dérailleur soit tordue. La patte de dérailleur est hors service si le dérailleur n'est pas parallèle à la roue quand vous regardez votre vélo par l'arrière (fig.20). Si c'est le cas, tout réglage est inutile, vous devez impérativement changer la patte.

fig.20

Si vos vitesses passent avec difficulté procédez comme suit :

Réglage de la montée des vitesses

. Placez la chaîne sur le petit pignon.

. Actionnez la gâchette de la manette afin de faire passer la chaîne sur le pignon supérieur.

. Si la vitesse ne passe pas bien, devissez le barillet de la manette de dérailleur d'un demi-tour.

. Replacez la chaîne sur le petit pignon et recommencez l'opération jusqu'à obtenir un passage de vitesse satisfaisant.

Réglage de la descente des vitesses

. Placez la chaîne sur le grand pignon.

. Actionnez la gâchette de la manette afin de faire descendre la chaîne sur le pignon inférieur.

. Si la vitesse ne passe pas bien, vissez le barillet de la manette de dérailleur d'un demi-tour.

. Replacez la chaîne sur le grand pignon et recommencez l'opération jusqu'à obtenir un changement de vitesse satisfaisant.

IV. ENTRETIEN DU VELO

Entretenir régulièrement votre vélo vous permettra de maintenir son niveau de performance élevé, de conserver votre vélo plus longtemps et de rouler en toute sécurité.

>> IMPORTANT
Comme tout élément mécanique, votre vélo nécessite une période de rodage. La tension de rayon des roues va s'uniformiser, les câbles vont se détendre légèrement et les éléments mécaniques vont se mettre en place. De ce fait, même si vous ne rencontrez aucun disfonctionnement, il est impératif de ramener votre vélo en révision chez votre revendeur **Commençal Bicycles** après avoir parcouru 300kms environ ou une dizaine de sorties.

Après chaque sortie sous la pluie ou quand votre vélo est sale, il est important de le nettoyer correctement. Vous ne devez pas utiliser de jet haute pression car cela endommagerait votre vélo en faisant pénétrer de l'eau dans les divers mécanismes. Utilisez une brosse à poil doux et un dégraissant biodégradable. Après avoir rincé votre vélo il est très important de le sécher. Secouez-le afin de chasser l'eau qui pourrait stagner dans les têtes de vis par exemple, et essuyez-le avec un chiffon doux. Vous pouvez également retirer la tige de selle et faire reposer le vélo une minute à l'envers afin d'évacuer l'eau qui pourrait se trouver dans le cadre.

ATTENTION ! Après chaque nettoyage, inspectez les soudures de votre cadre afin de détecter d'éventuelles fissures. En cas de doute ne roulez pas avec votre vélo et rendez vous chez votre revendeur Commençal Bicycles afin qu'il réalise un contrôle de votre cadre.

Lubrification

Les éléments de transmission (chaîne, cassette, plateaux) réclament toute votre attention. Ils doivent être parfaitement propres et huilés en permanence. Après chaque lavage, chaque sortie sous la pluie ou quand votre chaîne est sèche, lubrifiez-la avec de l'huile prévue spécifiquement à cet usage. Si la chaîne n'est pas parfaitement propre, nettoyez-la avec un dégraissant biodégradable. Une fois l'huile appliquée, pédalez et changez de vitesse afin qu'elle se répande sur toute la transmission. Essuyez ensuite le surplus d'huile sur la chaîne avec un chiffon, de manière à ce qu'il ne se répande pas sur le reste du vélo en roulant.

AVERTISSEMENT ! Prenez garde à ce qu'aucune projection d'huile n'aille sur les roues ou sur les disques de frein, cela pourrait réduire considérablement la puissance de vos freins et s'avérer extrêmement dangereux pour vous. Si c'est le cas, n'utilisez pas votre vélo et rendez vous chez votre revendeur Commençal Bicycles afin qu'il inspecte les éléments de freinage contaminés par l'huile.

CONSEIL ! Votre vélo dispose de roulements étanches. De ce fait, il est inutile de les graisser ou de les lubrifier, l'huile ne pourrait y pénétrer. Pour entretenir ce type de roulement il faut un outillage et des connaissances spécifiques, confiez cette opération à votre revendeur Commençal Bicycles.

Contrôle et périodicité de remplacement des divers composants du vélo

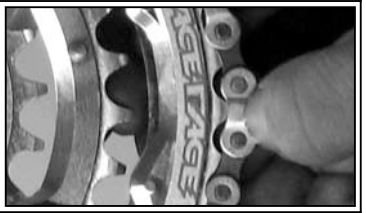
AVERTISSEMENT ! Une utilisation intensive et/ou en compétition accélère le phénomène d'usure du vélo. Si la durée de vie d'un des composants est dépassée, celui-ci peut se rompre d'un seul coup, risquant alors d'entraîner votre chute. Les fissures, fêlures ou décolorations dans les zones soumises à des contraintes élevées indiquent que le composant a dépassé sa durée de vie et doit être remplacé.

>> IMPORTANT
Tout composant du vélo doit impérativement être remplacé à l'identique. Il est fortement recommandé d'utiliser uniquement des pièces d'origine. Utiliser des pièces de remplacement ne répondant pas à ces critères pourrait annuler la garantie, réduire les performances de votre vélo et s'avérer dangereux pour vous. Ce type d'opération réclame un outillage et des connaissances spécifiques, dans le doute, confiez cette opération à votre revendeur **Commençal Bicycles**.

Votre vélo doit être révisé régulièrement par votre revendeur **Commençal Bicycles**. Même si vous l'utilisez peu et que vous ne détectez ni disfonctionnement, ni usure prématurée des composants, rendez vous au minimum une fois par an chez votre revendeur **Commençal Bicycles** afin qu'il réalise une révision complète.

Comme tout élément mécanique, les divers composants de votre vélo s'usent au fur et à mesure de leur utilisation. Plutôt que d'établir des durées de vie aléatoires, nous avons préféré vous indiquer, par des méthodes de contrôle simples, comment évaluer l'usure des composants de votre vélo et à quel moment effectuer leur remplacement.

1. Composants d'usure :

Type de composant	Méthode de contrôle du niveau d'usure	Remarques
Pneus	Les crampons sur la bande de roulement doivent faire plus de 1mm de hauteur et le pneu ne doit pas présenter de coupures ou de craquellements	Si le pneu est remplacé par un modèle de section supérieur, il se peut que l'espace entre la pédale et la roue avant diminue. Prenez donc garde à ce que vos pieds n'entrent pas en contact avec la roue avant lorsque vous tournez
Chambre à air	La pression d'air ne doit pas chuter d'une sortie sur l'autre	
Jante (dans le cas d'un freinage sur jante)	Les flancs ne doivent pas être creusés. Reportez vous au témoin d'usure de la jante	
Fond de jante	Il ne doit pas être déchiré ou plié	
Disque de frein	Il ne doit pas être voilé, tordu ou creusé	
Éléments de friction, patins ou plaquettes de frein	Reportez vous au témoin d'usure des patins ou des plaquettes de frein	
Câbles et gaines	Le câble ou la gaine ne doit être ni rouillé ni effiloché	
Chaîne et cassette	La chaîne positionnée sur le grand plateau, on ne doit pas apercevoir le haut des dents du plateau quand on tire sur la chaîne **(fig.21)**	Remplacez impérativement la chaîne et la cassette en même temps. Pensez à les lubrifier régulièrement  **fig.21**
Plateaux et galets de dérailleur	Les dents ne doivent être ni pointues ni tordues	A remplacer après deux changements de l'ensemble chaîne / cassette
Roulements : de roue, de pédalier, de bras oscillant, de direction, de pédale etc...	Aucun jeu ne doit apparaître, ils doivent tourner librement sans point dur	
Entretoise et insert d'amortisseur	Aucun jeu ne doit apparaître	

REMARQUE : La garantie constructeur ne s'applique pas aux pièces d'usure

2. Composants de sécurité :

Type de composant	Méthode de contrôle du niveau d'usure	Remarques
Ensemble cintre potence	Aucune fêlure ou décoloration des surfaces ne doit apparaître	A remplacer une fois par an
Cadre	Aucune fêlure ou décoloration des surfaces ne doit apparaître	
Fourche et amortisseur	Aucun jeu anormal ne doit apparaître. (un léger jeu de fonctionnement est possible). Aucune fuite d'huile ne doit apparaître Aucune fêlure ou décoloration des surfaces, ne doit apparaître	Un entretien régulier est nécessaire, reportez vous à la notice du fabriquant qui vous a été remise lors de l'achat de votre vélo
Roues	La roue ne doit présenter ni voile ni saut La jante ne doit pas être tordue ou fissurée Les rayons doivent avoir une tension suffisante	
Blocage de roue	La force à appliquer pour bloquer la roue doit rester la même que lors de l'achat du vélo	A remplacer dès que l'efficacité n'est plus satisfaisante
Système de frein sur jante, levier et étrier	La force à appliquer sur le levier pour freiner doit être la même que lors de l'achat du vélo. Les divers éléments ne doivent pas présenter de jeu anormal	A remplacer dès que l'efficacité n'est plus satisfaisante
Système de frein hydraulique	La force à appliquer sur le levier pour freiner doit être la même que lors de l'achat du vélo. Les divers éléments ne doivent pas présenter de jeu anormal La durit du frein ne doit ni être pliée, ni boursouflée Il ne doit y avoir aucune fuite de liquide de frein	Les freins hydrauliques réclament un entretien régulier. Le liquide de frein doit être changé tous les ans. Consultez la notice du fabricant qui vous a été remise lors de l'achat du vélo
Vis, écrous et axes	Aucun craquement ne doit apparaître, ni oxydation. Les vis ne doivent pas être tordues	Pensez à contrôler régulièrement les couples de serrage préconisés

3. Autres composants :

Type de composant	Méthode de contrôle du niveau d'usure	Remarques
Dérailleur	Le mécanisme ne doit pas présenter de jeu anormal. Les éléments ne doivent pas être tordus	A remplacer dès que l'efficacité n'est plus satisfaisante
Manettes de dérailleur	Le mécanisme ne doit pas présenter de jeu anormal	A remplacer dès que l'efficacité n'est plus satisfaisante
Poignée ou grip	Les poignées doivent permettre une bonne préhension du guidon. Elles ne doivent ni tourner ni glisser	
Selle	Elle ne doit présenter aucun craquement, les rails ne doivent pas être tordus. Elle ne doit pas être inconfortable	
Tige de selle	Aucune fissure ne doit apparaître. Elle ne doit pas être tordue. Elle doit pouvoir coulisser librement dans le cadre	Pensez à graisser légèrement la tige de selle pour prévenir tout grippage. Sauf cadre carbone **(chap.V)**
Manivelle et axe de pédalier	Aucune fissure ne doit apparaître Les manivelles ou l'axe ne doivent pas être tordus	Si les manivelles sont remplacées par un modèle plus long, il se peut que l'espace entre la pédale et la roue avant diminue. Prenez donc garde à ce que vos pieds n'entrent pas en contact avec la roue avant lorsque vous tournez
Pédales	Aucune fissure ne doit apparaître. Les axes ne doivent pas être tordus. Il ne doit pas y avoir de jeu	

V. CAS PARTICULIERS LE CARBONE ET LE TITANE

LE CARBONE

Le carbone est un matériau à la pointe de la technologie. Composé de fibre de carbone et de résine, ses caractéristiques mécaniques hors du commun permettent de réaliser des pièces à la fois très résistantes et particulièrement légères.
Le carbone est utilisé sur certains de nos modèles haut de gamme. Le gain de poids ainsi obtenu et l'amélioration des qualités dynamiques du vélo vous garantissent les meilleures performances du marché.

Ce matériau nécessite cependant une attention particulière. Contrairement au métal, le carbone ne présente aucun signe annonçant un état de fatigue avancé ou un risque de rupture. En cas de choc ou d'effort trop important, une structure en carbone ne se déformera pas extérieurement tandis les fibres internes seront endommagées. Par conséquent un élément carbone endommagé peut présenter un aspect normal avant de céder brutalement.

>> IMPORTANT

Afin de prévenir tout risque de casse, il est donc important de respecter les règles suivantes :

- La fibre de carbone résiste très mal à la compression. De ce fait, veillez à ce que les divers éléments carbone de votre vélo ne subissent aucune contrainte, choc - coup - écrasement, etc… Soyez extrêmement vigilant lors du transport de votre vélo
- Si pendant l'utilisation de votre vélo vous entendez des bruits inhabituels tels que : craquement, grincement ou autre, cela peut être la cause d'une détérioration de la fibre de carbone. **NE ROULEZ PAS** avec votre vélo, il y a un risque de rupture soudaine d'un des composants. Rendez vous chez votre revendeur **Commençal Bicycles** afin qu'il réalise un contrôle poussé de votre vélo.
- De la même manière, n'utilisez pas votre vélo si un élément en carbone présente une fissure, une strie, une décoloration, une fibre qui se décolle etc…

ATTENTION ! Prenez garde à bien respecter le couple de serrage de la vis du collier du dérailleur avant (fig.22). Ne pas respecter le couple de serrage pourrait endommager irrémédiablement votre cadre.

fig.22

Prenez garde également de ne pas graisser le tube de selle, cela ne permettrait pas de serrer convenablement la tige de selle.

Note : pour savoir si votre vélo dispose de pièces en carbone, veuillez vous référer à la fiche technique qui vous à été remise lors de l'achat de votre vélo.

LE TITANE

Le titane est un matériau réservé aux vélos haut de gamme en raison de son prix très élevé et de sa complexité de mise en œuvre. Le titane présente des caractéristiques mécaniques exceptionnelles, notamment sa légèreté et son confort.
Le titane est utilisé sur certains de nos modèles haut de gamme. Le gain de poids ainsi obtenu et l'amélioration des qualités dynamiques du vélo, vous garantissent les meilleures performances du marché.

ATTENTION ! Le titane est soumis à un phénomène d'oxydation lorsqu'il est en contact avec un autre métal. Cette oxydation a pour conséquence de souder chimiquement les deux matériaux entre eux. Pour prévenir tout risque d'oxydation, il est impératif d'assembler les composants à l'aide d'une graisse spécifique anti-grippage pour pièce titane. Elle doit être appliquée partout où c'est nécessaire ; tige de selle, boîtier de pédalier, etc…

VI. COUPLES DE SERRAGE

Pour garantir la fiabilité de votre vélo, toutes les vis doivent impérativement être serrées en respectant les couples de serrage préconisés. Seule une clé dynamométrique permet de contrôler ces couples.

Le couple de serrage à respecter est généralement inscrit directement sur le composant, ou a défaut dans la notice du fabricant qui vous a été remise lors de l'achat de votre vélo.

Dans le cas où le couple de serrage à respecter ne serait mentionné nulle part, référez-vous aux couples de serrage indiqués ci-dessous.

Type de Vis	Couple de serrage en Newton-mètre	Couple de serrage en Pound-force foot
Vis M4	4,5 - 5,5 N.m	3 - 4,1 Lb ft
Vis M5	5,5 - 6,5 N.m	4,1 - 4,8 Lb ft
Vis M6	9,8 - 11,7 N.m	7,2 - 8,6 Lb ft
Vis M8	22 - 24 N.m	16,2 - 17,7 Lb ft
Vis M10	30 - 35 N.m	22,2 - 25,9 Lb ft

AVERTISSEMENT ! si les couples de serrage préconisés ne sont pas respectés, cela peut provoquer la rupture d'un ou plusieurs composants de votre vélo, ce qui pourrait entraîner votre chute et vous exposer à un risque de blessure grave. Si vous avez le moindre doute, rendez-vous chez votre revendeur Commençal Bicycles afin qu'il s'assure du respect des couples de serrage de votre vélo.

VII. GARANTIE ET SERVICE APRES-VENTE

Les cadres de Cycles **Commençal Bicycles** sont garantis contre tous défauts de fabrication pour une période de 2 ans, à partir de la date initiale d'achat. Durant cette période, **Commençal Bicycles** remplacera les cadres ayant un défaut de fabrication. Les pièces remplacées en vertue de cette garantie seront couvertes pour une période égale à la portion restante de la garantie de l'équipement original.

Les composants de marque **COMMENCAL** sont garantis 1 an.

Pour tous les autres composants assemblés sur les cadres **Commençal Bicycles**, la garantie est assurée par leurs fabricants respectifs. Par conséquent veuillez consulter votre revendeur **Commençal Bicycles** pour de plus amples informations sur les garanties applicables.

Si vous dénotez une défectuosité quelconque avec votre vélo, contactez votre revendeur **Commençal Bicycles**. Vous pouvez repérer le revendeur **Commençal Bicycles** le plus proche de chez-vous en consultant la liste disponible sur notre site web **www.commencal.com.**

L'ensemble de nos conditions de garantie sont également consultables sur ce site.

Merci de la confiance que vous portez en Commençal et bon ride !

• ENGLISH

CONTENTS 30
CONGRATULATIONS! 31
MANUAL PRESENTATION 32
DEFINITIONS 33
IMPORTANT CONSUMER SAFETY INSTRUCTIONS 34
WHAT TYPE OF RIDING IS MY NEW BICYCLE FOR? 35
I BEFORE YOUR FIRST RIDE
Adapting the bicycle to your morphology 36
- Installation of the pedals 36
- Saddle height 36
- Adjusting the height of the handlebars and the headset 37
Quick release adjustment 39
Braking system information 40
Information on the gear changing system 42
Adjusting the chain tension of single speed bikes 43
Final inspection 44

II BEFORE EACH RIDE 44
III GEAR ADJUSTMENT 45
IV BICYCLE MAINTENANCE 48
V SPECIAL ATTENTION FOR THE CARBON AND TITANIUM FRAMES 53
VI TORQUE SETTINGS 54
VII WARRANTY AND AFTERSALES SERVICE 55

COMMENCAL Bikes conform to the security standards listed below as described in the new European norms:
- EN 14764 «Bicycles used on public roads»
- EN 14766 «All-terrain mountainbike»

No part of this publication may be reprinted, copied or transmitted by hand or with mechanical or electronical systems or used for another business purpose without prior written permission.

• CONGRATULATIONS!

You have just become the proud owner of a **Commençal Bicycle**. You have definitely got one of the best mountain bikes out there! Each bike is the culmination of long hours of detailed research & development. From the suspension characteristics & frame geometry, to the choice of components, an R&D team has carried everything out with mountain biking in their blood. Their goal: to make sure you have the best ride possible. Every detail has been developed for a reason, and has been tested, analyzed and optimized. The life of a **Commençal Bicycle** is not an easy one!

Whether you are a trail rider, amateur, competitor or just ride for fun, we are certain that your **Commençal Bicycle** will bring total satisfaction!

Thanks you for your confidence in Commençal and have a good ride!

• MANUAL PRESENTATION

This manual has been created so that you have the possibility to fully exploit the performance of your bicycle in total safety. It is essential for you to carefully read it before riding your bicycle for the first time. Recommendations mentioned in this manual that are not followed may compromise the way the bicycle works, and worse, your safety.

This manual gathers all the useful information needed to use and maintain your bicycle. A technical document, dedicated to the specific adjustments of our products, such as the suspension, is also supplied with each of our bicycles or frame kits.

Please don't hesitate to contact your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer if you have any doubts or questions. They will be able to help you if needed.

It is possible, however, that you come across a problem that your **Commençal Bicycles** retailer cannot resolve. If this is the case, or if you have a technical question, please don't hesitate to contact us at **info@commencal.com**.

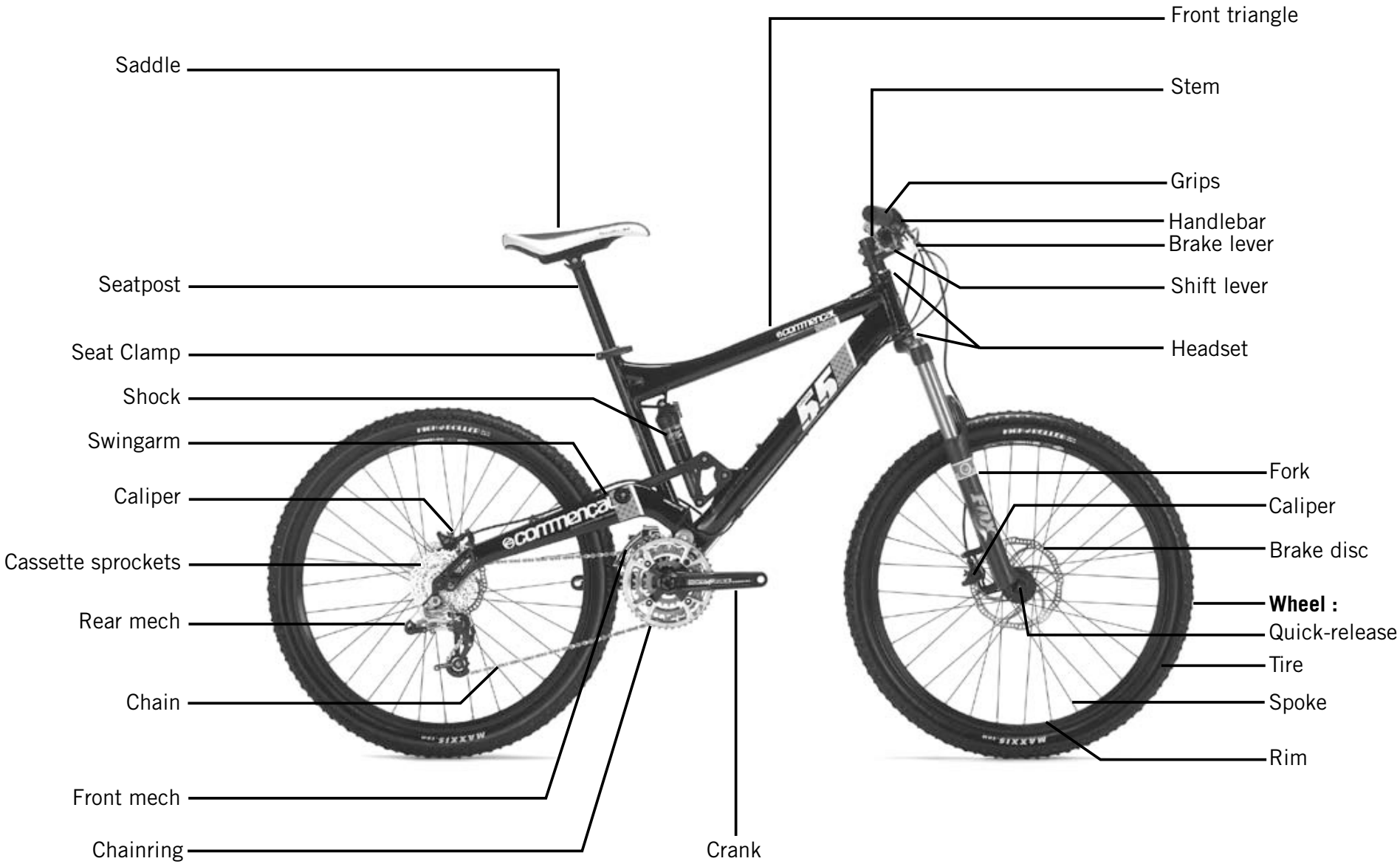
Pictogram legend:

Informs you of potential danger if you do not follow the following recommendations when using your bicycle.

Informs you of a risk of malfunction or reduced life expectancy of your bicycle if the following recommendations are not respected.

Informs you of a tip that will allow you to fully appreciate the qualities of your Commençal Bicycle.

• DEFINITIONS



• IMPORTANT CONSUMER SAFETY INSTRUCTIONS

1. Make sure that your bicycle corresponds, and is adjusted to, your height, as indicated in the “Before Your First Ride” chapter.

2. Before each ride, make sure you systematically check the points mentioned in “Before Your First Ride”.

3. Carry out regular maintenance on your bicycle, as mentioned in “Bicycle Maintenance”, to ensure a perfect ride and optimum longevity.

4. Do not use your bicycle for any other type of use other then the one(s) mentioned in “What type of riding is my new bicycle for?”

5. After a crash, or if you have even the slightest of doubts about the reliability of your bicycle, head straight to your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer so that they can carry out a detailed check on the safety aspects of your bicycle.

6. Wear a homologated helmet at all times when riding your bicycle.

7. When you ride on public roads, your bicycle should be equipped with a lighting system, reflectors and a bell. You need to make sure that they work properly before each ride. Remember that when riding on the road, a bicycle is considered as a vehicle, it is therefore essential that you respect the various national rules of the road.

8. Respect the rules of the road in every circumstance.

9. When off-road riding, make sure you use only those trails where mountain biking is allowed.

10. If you ride in the mountains, make sure you check out the weather forecast before you go, as it the climatic conditions can change rapidly.

11. Never forget that cycling is a potentially dangerous activity and that it can leave you exposed to potential injuries. You must therefore remain in control of your bicycle at all times.

12. Never underestimate your strength or technical abilities.

13. To prepare and maintain your bicycle, only use original parts that are mounted on the bicycle. Using different parts to those originally specified will cancel your warranty and may result in the malfunction of your bicycle. This type of failure can result in the loss of control of the bicycle, exposing you to the risk of serious injury.

14. **Commençal Bicycles** will not be held responsible if the instructions in this manual are not followed, or if bicycle is modified in any way.

WARNING ! The maximum recommended weight for bicycle+rider+luggage is 120kg/264lbs for any one of our bicycles equipped with disc brakes, and 100kg/220lbs for our rim-brake (such as v-brake) equipped models. To calculate the total recommended rider+luggage weight, all you need to do is subtract the weight of your bicycle from the recommended weight limit (depending on brake type).

• WHAT TYPE OF RIDING IS MY NEW BICYCLE FOR?

Commençal Bicycles are high technology products, assembled with specially selected equipment and without compromise, all to make sure that you get the best performance for the type of riding you do. Each bicycle has therefore been developed for a well-defined use. In order for you to find out which type of riding your **Commençal Bicycle** is for, check out the table below:

RIDING TYPE

1) Hardtail trail mountain bicycle: for use on all surface types, road, soil, rocks, roots, on cross-country style trails that do not present extreme altitude changes. This bicycle should not be used for jumps of any size or kind.

2) Marathon/enduro softail mountain bicycle includes type one usage plus: trails that have extreme altitude changes. This bicycle can be used for light jumping, but not jumps such as doubles, gaps, etc…

3) Freeride softail mountain bicycle with 150mm of rear wheel travel or more includes type two plus: can be used to attempt jumps such as doubles, gaps, etc…

4) Hardtail dirt bicycle: to be used only on specially prepared trails or tracks for an urban or dirt style use, such as a skate park, BMX track, etc…

5) Trekking bicycle: for use on paved roads only. This bicycle should not be used for jumps of any size or kind.

Note : to find out what type your bicycle is, please refer to the technical document that was delivered with the bicycle.
Commençal Bicycles are not compatible with luggage racks.

WARNING ! It is extremely important to respect the type of use that your bicycle has been designed for. An inappropriate usage, even occasional, can result in the damage of one or more components of the bicycle, which ultimately can be extremely dangerous for you;

I. BEFORE YOUR FIRST RIDE

You are about to use your new Commençal bicycle for the first time. It has been prepared and adjusted by an Authorized Commençal Bicycles Retailer, after having advised you on the correct frame size. It is necessary to adapt the bicycle to your morphology so that you can ride in complete safety. Please do the following checks:

A. Adapting the bicycle to your morphology

- Installation of the pedals

Some of our models are delivered with pedals. WARNING: left and right pedals are different from one another, and are mounted differently to one another!
Lightly grease the pedal threads before their installation. The right pedal is screwed in clockwise, whereas the left pedal is screwed in counter clockwise. Tighten the pedals until they are firmly united with the crank arms.

- Saddle height

fig.1

The saddle height is the main adjustment to determine your comfort on the bicycle and your pedaling efficiency. To correctly adjust this, use this simple method: position a crank arm so that it extends down from the seat tube, and place you're the heel of your bare foot on the pedal that is at the lowest point. In this position, your leg should be just about straight, without tilting your hips **(fig.1)**.

To adjust the seat tube, you will need to loosen the seat tube clamp. If it is a bolt, please refer to the recommended torque settings chapter. If it is a quick release, please refer to the "Quick release adjustment" chapter **(chap.VI)**.

WARNING ! It is essential that you do not pull the seatpost out of the frame past the minimum insertion mark shown. If this happens, it can result in the frame or seatpost breaking. If no minimum insertion mark is visible on the seat tube, you should make sure that minimum 9cm of the seatpost is inserted in the frame.

fig.2

Some frames have a minimum saddle height. This is visible thanks to a seatpost limiter weld on the inside of the frame. If there is resistance in the low setting, you must not try and force it any lower! If you have any doubt whatsoever, contact your local Authorized Commençal Bicycles Retailer.

ADVICE ! To ensure that your bicycle is not too big for you, we suggest that you do the following test: with the saddle positioned at its lowest setting, you should be able to sit on it while having both feet flat on the floor. If this is not the case, the bicycle is too big and it is not recommended that you ride it.

TIP! Make sure that the part of the seatpost that is in the frame is lightly greased (with the exception of carbon frames), this will prevent the frame and seatpost binding together over time. Make sure that the opening of the seat clamp is face to face with the split in the frame seat tube (fig.3)

fig.3

- Adjusting the height of the handlebars and the headset

Adjusting the height of the handlebars allows you to adapt your position depending on the level of comfort you are looking for. The higher the handle bars, the more your chest and back are upright for better comfort. If you lower the handlebar height, you increase your pedaling efficiency due to better aerodynamics, although it is less comfortable.

WARNING! It is essential that you keep all the spacers originally mounted on the fork steerer tube. Adding or removing these spacers can lead to serious reliability problems for your bicycle, and your safety.

WARNING! All our bicycles are fitted with aheadsets. With this system, the headset is pre-adjusted via the stem, so any adjustment to the height of the handlebars means the headset needs to be adjusted as well. This is a delicate operation and requires a bit of experience. If you have any doubt whatsoever, contact your local Authorized Commençal Bicycles Retailer.

Method:

1. Unscrew the main headset adjustment bolt found at the top of the steerer tube **A (fig.4)**. Remove it, as well as the stem plug.

2. Loosen the lateral bolts of the stem **B (fig.4)**. Do this by alternating between the bolts, a quarter turn each time, to facilitate the operation.

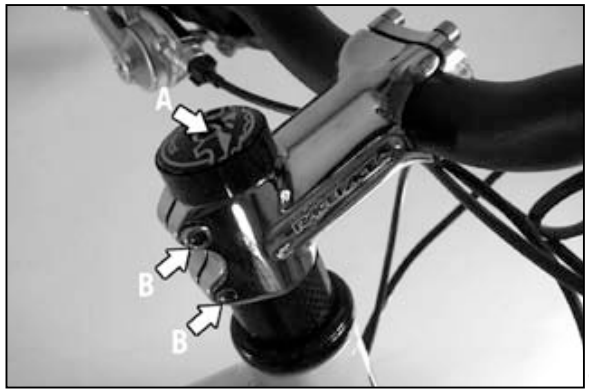


fig.4

3. If your bike has a dual crown fork, loosen the upper crown as well **A (fig.5)**.

fig.5

4. You can adjust the height of the handlebar by modifying the position of the steerer tube spacers. You can position them above or below the stem **(fig.6)**. If your stem is reversible, you can also turn that over. To find out if the stem is reversible, please refer to the information given to you when you bought the bike.

fig.6

5. Once you have adjusted the height of the handlebar, reinstall the bolt and stem plug. Centre the handlebars using the front wheel as a guide.

6. You now need to adjust the headset. Tighten the stem plug bolt. Warning: this bolt is for adjustments only, and should not be tightened any further if resistance is felt!

7. Verify that there is no play in the stem/fork/frame assembly. To do this, block the front wheel using the front brake and do a forward/backward movement with your arms on the handlebars **(fig.7)**. . If play is felt in the headset, tighten the stem plug bolt a further quarter turn, and check. If the play continues to be present, contact a local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer for them to carry out the operation.

fig.7

8. Once the play has been adjusted, check that the steering moves freely by lifting the front wheel and turning the handlebars left to right a few times. The bars should turn freely, without any tight spots.

9. Once your headset has been adjusted, re-check that the handlebars are centered with regards to the front wheel. You can now tighten the stem bolts, using the recommended torque settings **(chap VI).** Tighten them equally so as to guarantee a reliable operation.

B. Quick release adjustment

WARNING! Quick releases are essential security elements. The wrong adjustment can result in the loss of one or several parts of the bicycle, which can have extremely dangerous consequences for you.

To properly adjust your quick releases, please follow the following instructions carefully:

Note : the following procedure is also valid for seat clamp quick releases

1. Place the lever **A** in the open position **(fig.8)** and make sure that the wheel is perfectly aligned with dropouts. To ensure this is the case, apply pressure on the handlebars for the front wheel, and on the saddle for the rear wheel.

2. Close the lever halfway between the open and closed position, and screw in the adjustment nut on the opposite side of the lever **B**. This nut determines the tightening strength of the assembly.

fig.8

3. Place the lever in the palm of your hand and push on it to close the lever. It is normal if you feel resistance and need to apply extra pressure towards the end of the lever travel. If you can turn the lever in the closed position, then you need to start again as the quick release is not properly tightened. Open the lever and tighten the adjustment nut a further half-turn, then close the lever.
Repeat the operation until the lever is correctly tightened.

4. In the closed position the lever should be parallel to the wheel and aligned along the length of the fork so as to avoid any accidental opening **(fig.9 et 10)**.

fig.9

fig.10

TIP! Other wheel axle systems exist, most notably on bicycles used for more aggressive riding. “QR 20” axles offer an increase in rigidity and require a specific procedure to operate. If you have a bicycle with a system other then the one presented above, it is necessary for you to consult the manufacturers instruction manual given to you when you bought your bicycle, so as to adjust it in complete safety.

C. Braking system information

>> IMPORTANT
The braking system is an extremely important element for your security as it allows you to adapt your speed according to the traffic you encounter. Before using your bicycle for the first time, make sure that you familiarize yourself with the brake levers and their correspondence with the front and rear brake. To discover which lever corresponds to the front brake, lift the front wheel so as to be able to rotate it in mid-air. Pull on the left lever. If the wheel stops then the left lever corresponds to the front brake. If it does not stop the wheel then the left lever corresponds to the rear brake. If the braking lever configuration does not suit you, or if you have the slightest of doubts as to their perfect operation, contact your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer.

WARNING! On a wet or slippery surface, braking distances are longer then in the dry. The efficiency of your braking is limited due to the risk of locking the wheel, much more important then on a dry surface. You should therefore reduce your speed so that reduce the risk of losing control.

Three types of braking systems can be found on **Commençal Bicycles**:

- V-brake rim brakes
- Cable-pull mechanical disc brakes
- Hydraulic disc brakes

WARNING! So that you ride in complete security, it is essential that the braking surfaces are clean and void of any oil or grease. Check the cleanliness of your rims or discs according to the type of braking system you have.

- Inspecting and adjusting V-brakes.

WARNING! The wheel rim sidewalls, as well as the brake pads, are subject to wear. It is therefore essential to replace the rim when it is worn. There is a wear indicator on the rim that allows you to visualize the rims state of fatigue. If you do not replace the rim when needed, you run the risk of it breaking while riding, which will inevitably result in a crash.

1. Check that the brake pads do not touch the tire or the rim when not activated, and if necessary lift the wheel to make sure that it turns freely. If one of the brake pads touches the tire, or if it is not parallel to the rim, you will need to adjust its position before using your bike. You can set it up using the adjustment screw, but make sure refer to the “Torque Settings” section for the correct value to be used.

2. At rest, the brake pads need to be 1mm away from the rim. To perfect their travel, you will need to adjust the cable tension via the counter-nut found at the brake lever **A (fig.11)**. To reduce the brake pad spacing, unscrew the counter-nut, and then unscrew the cable tension barrel until you have adjusted as necessary. Screw in the counter-nut.

fig.11

3. Check that both brake pads come into contact with the rim simultaneously. If this is not the case you can adjust the brake pad spacing by using the lateral screws found on the brake arms. These screws act on the spring preload **(fig.12)**. Unscrew to bring the brake pad closer to the rim, screw it in to pull it away from the rim. For example, to pull the left brake pad away from the rim, you need to screw in the adjuster on the left brake arm.

fig.12

4. Once the adjustments have been done, it is essential that you test your brakes at a standstill to ensure that they work correctly.

Genaral info on disc brakes:

WARNING! Whether they are hydraulic or not, disc brakes are complex mechanical systems that have a multitude of adjustments. So as to ride in complete safety and be able to exploit their performance as much as possible, we suggest that you read the brake manufacturers manual delivered with your bicycle.

WARNING! Disc brakes can reach a very high operating temperature. Do not touch them, especially after a long descent, as you can burn yourself.

>>IMPORTANT
Disc brake systems, whether they are hydraulic or not, require a run-in period before they reach optimal performance. It is possible that the braking power is very weak during your first ride. We recommend that you ride with great caution during this run-in period! Do not keep the brakes on for long periods before you have completed the running in period, as this will result in your brake pads glazing over, reducing there power and efficiency.
The running–in period will depend on the model and the climatic conditions. As a general rule, the pads are run in after approximately 50 repetitions of braking from 30-0km/h. You can consider the brakes completely run in when the braking power stops increasing with each run

- Inspecting and adjusting cable disc brakes.

1. Pull on the brake levers. At the end of their travel, they should not be in contact with the handlebars. If this is the case, adjust the cable tension as mentioned in the "Checking and adjusting V-brakes" section.

2. Lift and spin the wheels. They should spin freely. If this is not the case, you will need to adjust the brake caliper. This is a complex operation that needs a lot of care. Contact your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer so that they can carry out the operation.

3. Once the adjustments have been carried out, it is essential that you test your brakes at a standstill to make sure that they work properly.

TIP! It is possible that a light rubbing can be heard when the wheel turns. This sound comes from light contact between the disc and the brake pads, and will disappear after the initial running-in period. If the wheel does not turn freely or the sound does not disappear however, please refer to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer so they can check the system.

- Inspecting and adjusting hydraulic disc brakes.

WARNING! The liquid contained in the hydraulic brake system is harmful for your health. If your skin comes into contact with the liquid, clean it off with clear water and consult your doctor. The liquid is also very corrosive on paint, clothing, etc, so be very careful when handling it.

WARNING! The air tightness of the hydraulic system is what guaranties the correct functioning of the braking system. If there is a leak, even a tiny one, do not ride your bike. Take it immediately to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer so that they can check it out and repair if necessary. Make sure that the brake liquid does not come into contact with the brake pads or discs, as this would dangerously alter the efficiency of the braking system.

1. Pull on the brake levers. At the end of their travel, they should not be in contact with the handlebars. If this is the case, do not use our bicycle and take it to your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer so that they can check the system.

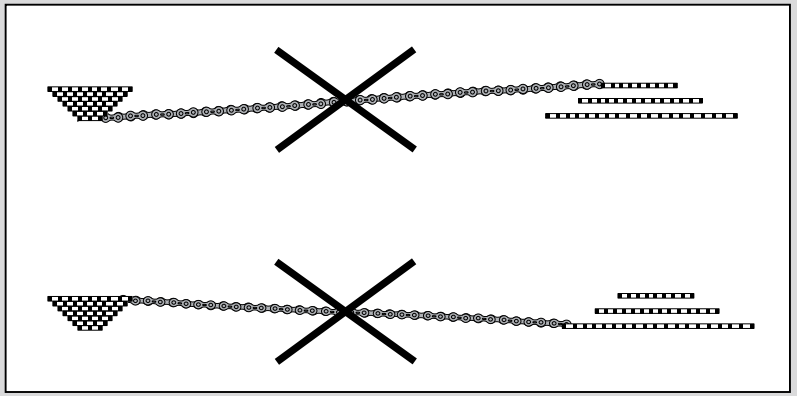
2. Lift and spin the wheels. They should spin freely. If this is not the case, you will need to adjust the brake caliper. This is a complex operation that needs a lot of care. Contact your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer so that they can carry out the operation.

3. Once the adjustments have been carried out, it is essential that you test your brakes at a standstill to make sure that they work properly.

D. Information on the gear changing system

Note : if you would like to adjust the indexing of your gear system, refer to Chapter III.

TIP! Modern mountain bicycles can have up to 27 gears, but not all are necessarily usable. Extreme ratios, such as the largest chainring/largest rear cog, put the chain through large amounts of stress, resulting in a much faster wear rate for the transmission parts. This is called "chain crossing".
To avoid chain crossing, only use the 5 smallest cogs when on the big chain ring, or the 5 largest cogs when on the smallest chainring.



TIP! The hydraulic brake system has an automatically adjusting brake pad wear system. Therefore do not pull on the brake levers when the wheels are not on the bicycle! This will result in the pads sticking together, rendering the repositioning of the wheels on the bicycle impossible. If this happens, refer to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer who will carry out the operation.

- All our bicycles are equipped with an indexed gear change system:

The left hand shifter on the handlebars is used for the front gear mechanism (also known as a mech or derailleur). The right shifter is used for the rear gear mechanism. The gear mechanism system is used to adapt your pedaling to different terrain types. It works as follows:

For the front mech:

- Big chainring: spins at a slower rate, allowing you to build up speed on descents.
- Small chainring: spins at a faster rate so is better adapted for climbs

For the rear mech:

- Big cog: low ratio better adapted for climbing.
- Small cog: high ratio better developed for descents.

E. Adjusting the chain tension of single speed bikes

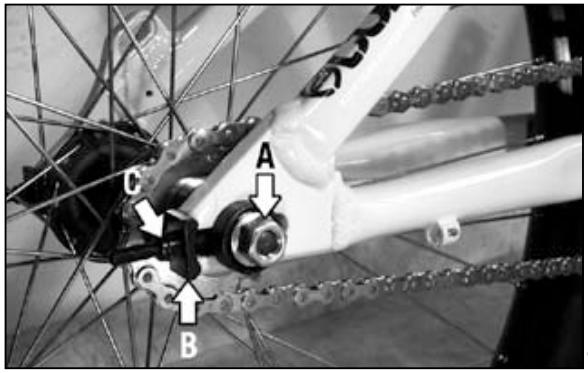


fig.13

1. If your bicycle has a removable disc mount, slightly loosen the bolt that holds it to the frame.

2. Loosen the rear wheel axle **(fig13).**

3. If your bicycle has chain tensioners **B**, tighten the nuts **C** on the threaded rods either side to increase the tension of the chain. Loosen the bolts to reduce chain tension **(fig13).**

4. Loosen the bolts to reduce chain tension **C (fig13).**

5. Make sure that you loosen or tighten the nuts equally so as to keep the rear wheel centered with the frame.

6. Adjust the chain tension so that there is 1cm of vertical play in the chain at the halfway point between the wheel and crank axle **(fig.14)**.

fig.14

7. Re-tighten the rear wheel axle (30Nm torque setting).

8. If relevant to your bicycle, re-tighten the disc brake mount (8Nm torque setting).

9. Turn the crank arms by hand and check that the chain tension is correct at different locations.

F. Final inspection

Lift your bicycle off of the ground about a dozen centimeters and allow it to bounce back down on the ground. There should be no abnormal sound heard. If there is something, make sure you check for any play, and tighten any assemblies with the correct torque settings where necessary **(chap.VI).**

You can use your bicycle safely when each check has been successfully carried out.
If you have the slightest doubt about anything, go and see you local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer.

II. BEFORE EACH RIDE

Before each ride, it is essential that make sure you check the following points:

WARNING! Forgetting to check one of the points below can lead to component failure that can ultimately be very dangerous for you. If you observe even the smallest problem on your bicycle, do not ride it and take it immediately to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer for inspection.

1. Your riding position must be correctly adjusted **(chap.I)**

2. The wheels need to be correctly tightened **(chap.I)**

3. Make sure that the wheels spin straight and round, and that every spoke is tight **(chap.IV)**

4. The tires need to be in good shape with the correct pressure as mentioned on the tire sidewalls **(chap.IV)**

5. Check the wear of the brake pads **(chap.IV)**

6. Check that there is no play anywhere on your bicycle **(chap.I et IV)**

7. Check the various bolted elements, making sure that the torque settings are respected **(chap.VI)**

8. If your bike has suspension, check their various adjustments **(technical document)**

9. Check that your frame, handlebars and stem do not show any signs of wear, cracks or impacts. Have special attention for the welds **(chap.IV)**

10. Test the brakes at a standstill. Pull on the brake levers and make sure the levers do not touch the handlebars **(chap.I)**

11. Check that your gears work correctly, as well as the rate of wear of the different transmission elements **(chap.III et IV)**

III. GEAR ADJUSTMENT

The indexing of your gears is a delicate operation that needs some experience.

WARNING! If the gears are not properly adjusted, the chain can jump the cogs or chainrings, resulting in a loss of drive and a risk of you falling off your bicycle! Once the gear adjustment has been completed, it is essential that you test them away from traffic.

We suggest that you get this done by your local Authorized Commençal Bicycles Retailer. If you would prefer to try for yourself, then please follow the following recommendations

1. The front mech

- The mech stop screws:

Start off by checking the adjustment of the mech stop screws **(voir fig.15)**, (there are two).

fig.15

The low range "L" mech stop screw, prevents the chain from dropping off of the small chainring towards the frame.
The high range "H" mech stop screw, prevents the chain from dropping off of the big chainring away from the frame.

The more you screw in either of these screws, the more you limit the range of movement of the mech.

Note: in general you tighten by turning clockwise, and vice versa.

To determine the correct adjustment, you need to respect the following spacing:

- 0.5mm between the chain and the internal part of the chain guide when the chain is on the small chainring.

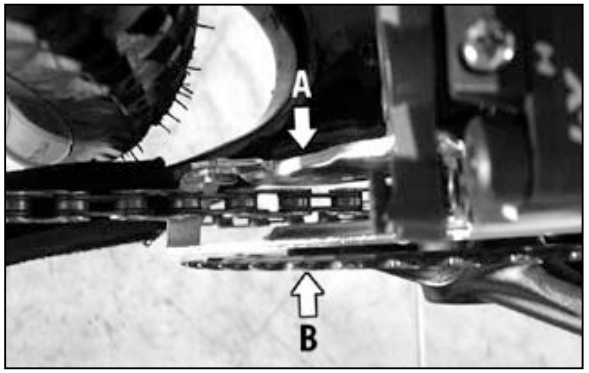


fig.16

- 0.5mm between the chain and the internal part of the chain guide when the chain is on the big chainring.

Example : if the chain positioned on the small chainring touches the internal part of the front mech chainguide, unscrew the "L" screw until you have the recommended spacing.

TIP! Transmission cables that are in bad condition can be the reason your gear changes do not work smoothly. If in doubt, visit your local Authorized Commençal Bicycles Retailer so that they can proceed to change the cables and outers.

- Cable tension:

The cable tension determines the precision of the gear changes. The tension is modified by using the barrel adjuster situated on the shifter, at the start of the cable **(fig.17)**. The more you unscrew the barrel adjuster, the more tension you add to the cable. The more you screw in the adjuster, the more you reduce the cable tension.

fig.17

If you are having difficulty getting the chain to move from the intermediate to the big chainring, you will need to increase the cable tension:

. Put the chain on the smallest chainring.

. Unscrew the barrel adjuster half a turn on the front mech shifter.

. Work the shifter so as to move the chain up to the intermediate chainring.

. If the gear change does not work correctly, start the operation over again, and continue to do so until you have a satisfactory gear change.

If you are having difficulty getting the chain to move from the intermediate to the small chainring, you will need to decrease the cable tension:

. Place the chain on the biggest chainring.

. Screw in the barrel adjuster half a turn on the front mech shifter.

. Work the shifter so as to move the chain down to the intermediate chainring.

. If the gear change does not work correctly, start the operation over again, and continue to do so until you have a satisfactory gear change.

TIP! If your gearshifts do not work properly, this could be due to the incorrect positioning of your front mech. The chainguide should be parallel to the chainrings and maximum 3mm above the highest tooth on the big chainring. To find out more, please consult the manufacturers manual, delivered with the bicycle, or head to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer so that they can carry out the operation for you.

fig.18

2. The rear mech:

- The mech stop screws:

Start off by checking the adjustment of the mech stop screws **(fig.19)**, (there are two).

The low range "L" mech stop screw, prevents the chain from dropping off of the biggest cog towards the wheel spokes.
The high range "H" mech stop screw, prevents the chain from dropping off of the smallest cog away from the wheel spokes.

The more you screw in either of these screws, the more you limit the range of movement of the mech.

fig.19

To determine the correct adjustment, you need to respect the following:
With the chain on the biggest cog, the jockey wheels should be aligned underneath the same cog.
With the chain on the smallest cog, the jockey wheels should be aligned underneath the same cog.

Cable tension:

The cable tension determines the precision of the gear changes. The tension is modified by using the barrel adjuster situated on the shifter, at the start of the cable. The more you unscrew the barrel adjuster, the more tension you add to the cable. The more you screw in the adjuster, the more you reduce the cable tension.

TIP! If your gearshifters do not work properly, it may be that your frame mech hanger is bent. The mech hanger is unusable if your rear mech is not parallel with the rear wheel when you look at it from behind (fig.20). If this is the case, it is essential that you change the mech hanger.

fig.20

ENGLISH

If you are having problems changing gears, proceed as follows:

Adjustment for going up through the gears.

. Place the chain on the smallest cog.

. Work the shifter so as to move the chain up to the next cog.

. If the gear change does not work correctly, screw out the barrel adjuster half a turn on the rear mech shifter.

. Reposition the chain on the smallest cog and repeat the operation until you have a satisfactory gear change.

Adjustment for going down trough the gears.

. Place the chain on the largest cog.

. Work the shifter so as to move the chain down to the next cog.

. If the gear change does not work correctly, screw in the barrel adjuster half a turn on the rear mech shifter.

. Reposition the chain on the largest cog and repeat the operation until you have a satisfactory gear change.

IV. BICYCLE MAINTENANCE

Carrying out regular bicycle maintenance will allow you to keep it at a high level of performance, keep your bicycle for longer, and ride in complete safety;

>> IMPORTANT
Like all mechanical components, your bicycle will need a running-in period. The spoke tension will become uniform, the cables will stretch a bit, and the mechanical elements will settle in place. So even if you don't suffer any problem, it is essential that you bring your bicycle back to your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer for a check-up once you have done either 300km of riding or around a dozen rides.

After each ride in the rain, or when your bicycle is dirty, it is important to clean it correctly. Do not use a high-pressure water hose as this can result in water infiltrating various mechanisms, which can result in damage to your bicycle. Use a soft brush and a biodegradable degreaser. After having rinsed your bicycle, it is important that you dry it. Shake it so as to get rid of any excess water and then wipe it down with a dry cloth. You can also remove the seatpost so that any water in the frame can get out.

WARNING! After each wash, inspect the welds on your frame to check for any eventual cracks or fissures. If in doubt, do not ride your bicycle, and take it directly to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer so that they can check it over.

Lubrification

The transmission elements (chain, cassette, chainrings) require your complete attention. They need to be perfectly clean and constantly oiled. After each wash, each ride in the wet or when your chain is dry, make sure you lubricate it with oil recommended for that part. If the chain is not perfectly clean, clean it with a biodegradable degreaser. Once the oil has been applied, turn the pedals and go through the gears so that it spreads over the entire transmission. Wipe off any excess oil with a cloth, so that it does not flick off onto the rest of your bike while riding.

WARNING! Make sure that no oil projections get on the wheels or the disc brakes as this will considerably reduce their efficiency, and ultimately can be dangerous for you. If this does happen, take your bicycle immediately to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer so that they can inspect the braking elements contaminated by the oil.

TIP! Your bicycle has sealed bearings. It is therefore unnecessary to either grease or lubricate them, as it will not penetrate. To maintain these types of bearings requires special tools and know-how, best left to your local Authorized Commençal Bicycles Retailer.

Checks and replacement timetable of various bicycle components.

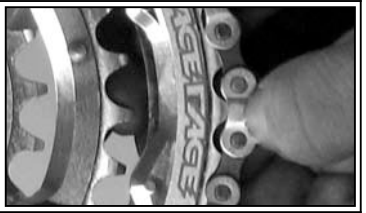
WARNING! Intense and/or competitive use of your bicycle will greatly accelerate the wear of its components. If the lifespan of a component is overrun, you run the risk of its sudden failure, which can result in injury. Any fissures, cracks, or discoloration found in a high-stress area can indicate that the component has overrun its life expectancy, and needs to be therefore replaced immediately.

>> IMPORTANT
Any component on the bicycle needs to be replaced with an identical component. It is strongly recommended that you use original spec components only. By using components that do not correspond to these indications, you risk canceling your warranty, reducing the performance of your bicycle and possibly creating a dangerous situation for yourself and others.
This type of operation requires specific tools and know-how, so if in doubt let your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer do the work.

Your bicycle needs to be regularly serviced by your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer. It is recommended that you have your bicycle serviced once a year minimum, even if you hardly use it and detect no problems.

Like all mechanical elements, the various components on your bicycle wear out with usage and time. Rather then establish vague life expectancies, we have preferred to show you how to evaluate their various wear states so as to decide at what moment each component needs to be replaced.

1. Wear components:

Component type	How to check its state of wear	Comments
Tires	The crampons in the middle of the tread should be at least 1mm high, and the tire should not have any cuts or cracks	If you replace the tire with a wider one, it is possible that the clearance between the pedal and the wheel diminishes. Make sure that the front tire doesn't come into contact with your foot when you turn the handlebars
Inner tubes	The air pressure should not diminish between two rides	
Rims (in the case of rim-brakes)	The sidewalls should not be worn. Check the rims wear indicator	
Rim tape	Should not be folded or ripped	
Brake rotor/disc	Should not be warped, cracked or worn	
Friction elements, brake pads	Refer to the wear indicators on the brake pads	
Cables and cable outers	There should be no rust or fraying	
Chain and cassette	With the chain on the big chainring, it should not be possible to see the top of a tooth when you pull a link away from the chainring	Always replace the chain and the cassette at the same time Remember to regularly lubricate the chain  **fig.21**
Chainrings and jockey wheels	The teeth should not be pointy or deformed	Replace after two chain/cassette changes
Bearings: wheels, cranksets, swingarm, headset, pedals, etc...	There should be no play, and should turn without any stiffness	
Spacers and reducers	There should be no play	

PLEASE NOTE: The manufacturers warranty does not cover the wear of parts.

2. Security components:

Component type	How to check its state of wear	Comments
Stem and handlebar assembly	There should be no crack or surface discoloration	Replace once a year
Frame	There should be no crack or surface discoloration	
Suspension fork and rear shock	There should be virtually no play (a slight play is possible). There should be no oil leak. There should be no crack or surface discoloration	Regular maintenance is required. Refer to the manufacturers manual for more info
Wheels	The wheel should turn round and straight The rim should not be deformed or cracked The spokes should have the correct tension	
Wheel quick releases	The force required to block the wheel should remain constant from new	To be replaced as soon as the efficiency is inadequate
Rim braking system, levers and arms	The force applied to the lever to brake should be the same as when the bicycle was new. There should be no abnormal play	To be replaced as soon as the efficiency is inadequate
Hydraulic braking system	The force applied to the lever to brake should be the same as when the bicycle was new. There should be no abnormal play The brake hose should not be folded or deformed There should be no fluid leak	Hydraulic brakes require regular maintenance. The brake fluid should be changed every year. Refer to the manufacturers manual for more info
Bolts, nuts, axles	No creaking should be apparent, no oxidation The bolts should show no signs of deformation	Don't forget to think about regularly checking the torque settings

3. Other components:

Component type	How to check its state of wear	Comments
Front and rear mechs/derailleurs	There should be no abnormal play The elements should not be deformed	To be replaced as soon as the efficiency is no longer satisfactory
Shifters	There should be no abnormal play	To be replaced as soon as the efficiency is no longer satisfactory
Grips	Should allow a firm grip on the handlebars Should not rotate on the bars	
Saddle	There should be no creaking, the rails should not be deformed Should be comfortable	
Seatpost	There should be no signs of cracks or deformation. Should be able to freely slide in and out of the frame	Don't forget to lightly grease the seat post to avoid any binding of the frame and seatpost over time. Does not apply to carbon frames (chap. V)
Crankset and bottom bracket	There should be no signs of cracks or deformation	If the crankset is replaced by a version with longer arms, it is possible that the clearance between the pdals and the front wheel is reduced. Make sure that your feet do not touch the wheel when you turn the handlebars
Pedals	There should be no signs of cracks or deformation There should be no play. The axles should not be deformed	

V. SPECIAL ATTENTION FOR THE CARBON AND TITANIUM FRAMES

CARBON FIBER

Carbon fiber is at the forefront of technology today. It is made up of fibers of carbon and resin, and its amazing mechanical characteristics allow the production of components that are both resistant and particularly light.
Carbon fiber is used on a certain number of our high-end models. The decrease in weight and the improvement of the dynamic qualities of the bicycle will guarantee the best performance out there.

This material does need particular attention, however. Unlike metal, carbon fiber shows no sign of a fatigue or indication that it is about to break. In the event of an impact or an extreme effort, the structure will not deform visibly whereas the internal fibers will be damaged. This means that a carbon fiber part can look fine, before snapping suddenly.

>> IMPORTANT

So as to avoid any risk of breakage, it is important to respect the following rules:
- Carbon fiber resists very badly to compression forces. Make sure that the various carbon fiber components on your bicycle do not suffer any impact, compression, etc… Be extremely careful when transporting your bicycle.

- If, during your ride, you hear unusual sounds, such as: creaking, cracking, grinding or other sounds, this could be the cause of deterioration of the carbon fiber, etc… **DO NOT RIDE THE BICYCLE**; there is a risk of a sudden break of one of the components. Head straight to your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer so that they can carry out a detailed inspection.

- Do not use your bicycle if a carbon fiber element shows a crack, fissure, discoloration, if fibers are becoming unglued, etc...

WARNING! Make sure that you follow the torque setting for the front mech collar (fig.22) because if you do not, you may irreversibly damage your frame.

fig.22

Make sure you do not grease the seat tube, as it will not allow a correct tightening of the seatpost.

Note: To find out if your bicycle has carbon fiber parts, refer to the technical document that comes with the bicycle.

TITANIUM

Titanium is a material reserved for high-end bicycles due to it expensive price and amount of work needed to shape it into a frame. This metal presents exceptional mechanical characteristics, most notably its comfort and lightweight.

Titanium is used on a certain number of our high-end models. The decrease in weight and the improvement of the dynamic qualities of the bicycle will guarantee the best performance out there.

WARNING! Titanium suffers from a form of oxidation when it comes into contact with another metal. This results in the chemical welding of the two materials together. To avoid any risk of oxidation, it is essential to assemble the components with specific anti-seize grease for titanium parts. It needs to be applied wherever necessary: seatpost, bottom bracket, etc…

VI. TORQUE SETTINGS

To guarantee your bicycles reliability, it is essential that all bolts be torqued up using the recommended torque settings. It is only possible to do this with a torque wrench.

The torque setting value needed for a particular component is generally inscribed directly in the component, or in the manufacturers manual delivered with the bicycle.

In the event that the torque setting value is not mentioned in either of these locations, please refer to the values mentioned below.

Bolt type	Torque setting (in Newton meters)	Torque setting (in Pound-force foot)
Bolt M4	4,5 - 5,5 N.m	3 - 4,1 Lb ft
Bolt M5	5,5 - 6,5 N.m	4,1 - 4,8 Lb ft
Bolt M6	9,8 - 11,7 N.m	7,2 - 8,6 Lb ft
Bolt M8	22 - 24 N.m	16,2 - 17,7 Lb ft
Bolt M10	30 - 35 N.m	22,2 - 25,9 Lb ft

WARNING! If the torque settings are not respected, you run the risk of a sudden break of either one or several components on your bicycle. This can result in a crash, and eventually serious injuries. If you have the slightest of doubts, contact your local Authorized Commençal Bicycles Retailer so that they make sure that the torque settings on your bicycle are correct.

VII. WARRANTY AND AFTERSALES SERVICE

Commençal Bicycles frames are guaranteed against any manufacturing default for a period of 2 years, dating from the initial sale date.
During this period, **Commençal Bicycles** will repair or replace, any **Commençal Bicycles** frame with a manufacturing defect. Any part that is repaired or replaced under warranty will be covered by a period equal to the remaining warranty period of the original part. **Commençal Bicycles** parts are covered by a 1 year guarantee.

Components assembled on **Commençal Bicycles** are covered by their respective manufacturers warranties. Please contact your local Authorized Commençal Bicycles Retailer for more detailed information.

If you discover any defect with your bicycle, contact your local Authorized **Commençal Bicycles** Retailer. You can also find the nearest Authorized **Commençal Bicycles** Retailer by consulting the list available on our website at www.commencal.com. The entire warranty conditions are also available on this website.

Thank you for your confidence in Commençal Bicycles and have a good ride!

• ESPAÑOL

INDEX 56
FELICITATIONES 57
PRESENTACIÓN DEL MANUAL 58
DEFINICIÓN 59
CONSIGNAS DE SEGURIDAD PARA EL CONSUMIDOR 60
TIPO DE UTILIZACIÓN DE SU NUEVA BICICLETA 61
I ANTES DE LA PRIMERA UTILIZACIÓN
Adaptación de la bicicleta a su morfología 62
- Instalación de los pedales 62
- Arreglar la altura del sillin 62
- Regular la altura del manillar el juego de direccion 63
Manejo de los cierres rápidos 65
Información sobre el sistema de frenado 66
Información sobre el sistema de cambio de velocidad 68
Ajuste de la tensión de cadena sobre las bicicletas mono velocidad .. 69
Control final 70

II ANTES DE CUALQUIER USO 70
III AJUSTES DE LOS CAMBIOS 71
IV MANTENIMIENTO DE LA BICICLETA 74
V CASOS PARTICULARES 79
VI PARES DE APRIETE 80
VII GARANTÍA Y SERVICIO POSTVENTA 81

Los COMMENCAL bicicletas estàn adaptadas a las exigencias de seguridad descritas en las nuevas normas Europeas siguientes:
- EN 14764 «Bicicletas utilsadas en la via publica»
- EN 14766 «Bicicleta todo terreno.»

Salvo autorización previa por escrito, quedan prohibidas, ya sea total o parcial, la reimpresión, la traducción, la reproducción y otras explotaciones con finalidad económica de las presentes instrucciones.

• ¡ FELICITACIONES !

Acaba de adquirir una bicicleta **Commençal Bicycles**. ¡Es seguro de poseer lo que se hace mejor en cuanto a mountain bikes! En efecto, cada bicicleta es el resultado de una larga reflexión y de un meticuloso trabajo de desarrollo. De la cinemática de las suspensiones, a la geometría de nuestros cuadros, hasta la selección de los componentes, nuestro equipo INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO realiza todo con pasión con el fin de ofrecerle el mejor agrado de utilización posible. Nada se debe aleatoriamente y cada detalle de su nueva bicicleta ha sido probado, analizado y optimizado. ¡La vida de una bicicleta **Commençal** no es de todo descanso!

¡Entonces, que sea excursionista, aficionado, candidato o que rodaba simplemente para el placer, estamos seguro que su bicicleta **Commençal Bicycles**, le aportará entera satisfacción!

¡Gracias por la confianza que tiene en Commençal y buen ride!

• PRESENTACIÓN DEL MANUAL

Este manual se concibió con el fin de permitirle explotar como máximo y en toda seguridad los resultados de su bicicleta. Es imprescindible leerlo atentamente antes de utilizar su bicicleta por primera vez. En efecto, el incumplimiento de las recomendaciones mencionadas puede comprometer el buen funcionamiento de su bicicleta o ponerle en peligro.

Este manual reúne toda la información útil para utilizar y mantener su bicicleta. Se compone también de una ficha técnica dedicada a los ajustes específicos de nuestros productos, como el ajuste de las suspensiones, con cada uno de nuestras bicicletas o cuadros.

No dude en dirigirse a su vendedor **Commençal bicycles** en caso de dudas o problemas. Encontrará personas competentes que estarán dispuestas para informarle.

No obstante, si encuentra un problema que su vendedor **Commençal Bicycles** no puede solucionar, o para toda la información técnica contactarnos por correo electrónico a la dirección **info@commencal.com**.

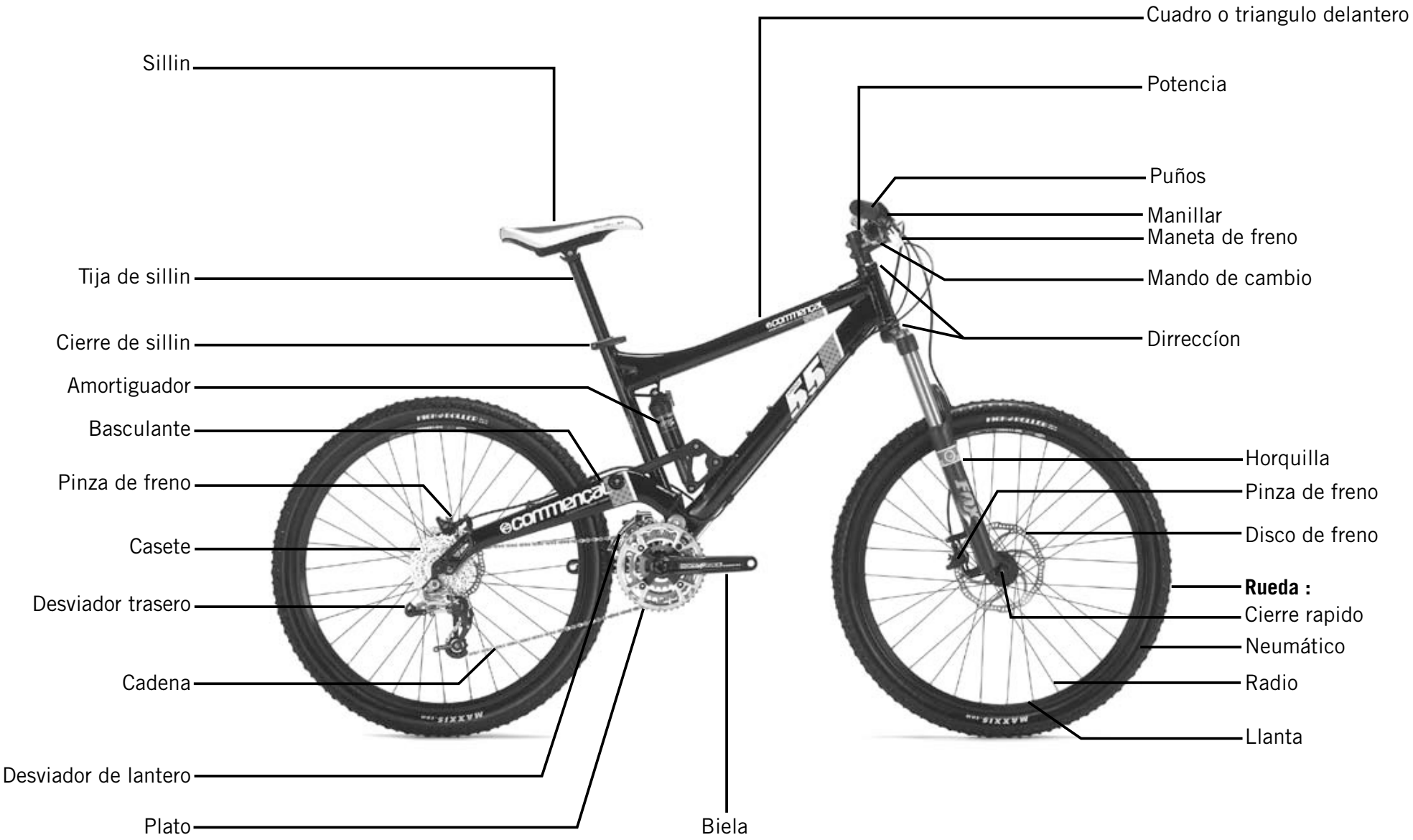
Leyenda de pictogramas :

Le informa de un peligro potencial en la utilización de su bicicleta si no se respetan las recomendaciones siguientes.

Le informa de un riesgo de disfunción de su bicicleta o incluso un riesgo por su duración de vida si no se respetan las recomendaciones siguientes.

Le informa de una astucia que les permitirá aprovechar plenamente de las calidades de su **Commençal Bicycles**.

• DEFINICIÓN


Sillin
Tija de sillin
Cierre de sillin
Amortiguador
Basculante
Pinza de freno
Casete
Desviador trasero
Cadena
Desviador de lantero
Plato
Biela
Cuadro o triangulo delantero
Potencia
Puños
Manillar
Maneta de freno
Mando de cambio
Dirreccíon
Horquilla
Pinza de freno
Disco de freno
Rueda :
Cierre rapido
Neumático
Radio
Llanta

• IMPORTANTE : CONSIGNAS DE SEGURIDAD PARA EL CONSUMIDOR

1. Vigila que la bicicleta esté adaptada y regulada a su tamaño tal como se indica al capítulo «antes de la primera utilización»

2.Antes de cada utilización comprueba sistemáticamente los puntos indicados en el capítulo «antes de cada utilización»

3.Mantienen su bicicleta regularmente tal como se indica al capítulo «mantenimiento de la bicicleta» con el fin de garantizarle un funcionamiento perfecto y una longevidad óptima.

4. Respete el tipo de utilización para el cual su bicicleta fue concebida al referirse al capítulo «Tipo de utilización de su nueva bicicleta»

5. Después de una caída, o si deja lugar a alguna duda sobre la fiabilidad de su bicicleta, vaya a su vendedor **Commençal Bicycles** para que realice un control minucioso de los elementos de seguridad.

6. Lleve un casco aprobado en cualesquiera circunstancias.

7. Cuando rueda en la vía pública su bicicleta debe equiparse de un dispositivo de alumbrado, de reflectores y de una campana. Debe asegurarse de sus buenos funcionamientos. Recuerde que sobre la carretera, se considera una bicicleta como un vehículo. Por lo tanto vigila en respetar las distintas exigencias legales nacionales relativas a la circulación en la vía pública.

8. Respete el Código de la Circulación en cualesquiera circunstancias.

9. En todo terreno solo utilize los caminos donde se autoriza la práctica del BTT.

10. Si lo practica en montaña informarse antes de ir de las condiciones climáticas, el tiempo puede cambiar rápidamente.

11. No olvida que la practica de la bicicleta es una actividad potencialmente peligrosa y que puede exponerle a riesgos de heridas. Por lo tanto debe siempre vigilar por tener el control de su bicicleta.

12. No supone nunca de sus fuerzas o de sus capacidades técnicas.

13. Para reparar y mantener su bicicleta, solo utiliza partes de mismo modelo y de misma marca que aquéllas que se suben de origen sobre su bicicleta. La utilización de otros recambios que la de origen cancelaría la garantía y correría el riesgo de causar una disfunción de su bicicleta. Este tipo de fallo puede implicar una pérdida de control de su bicicleta, que les expone así a un grave riesgo de herida.

14. **Commençal Bicycles** se retira de toda responsabilidad en caso de incumplimiento de dichas instrucciones indicadas en este manual y de la modificación de la bicicleta en cualquiera de sus formas.

PELIGRO ! el peso maximo autorizado bicicleta+persona+maletas es de 120 kgs para nuestras bicis al disponer de un sistema de freno con disco y de 100 kgs para nuestras bicis que disponen de un sistema de freno sobre las llantas (Tipo V-Brake). Para conocer el peso total autorizado persona+maletas, sustraye el peso de su bicicleta de los 120 kgs en el caso de una bicicleta con frenos de discos y de los 100 kgs para una bicicletas con sistema de freno sobre llantas (Tipo V-Brake).

• TIPO DE UTILIZACIÓN DE SU NUEVA BICICLETA

Las bicicletas **Commençal** son productos de alta tecnología, se arman sin compromiso, con equipamientos rigurosamente seleccionados, con el fin de ofrecerle los mejores resultados posibles en función de su práctica. Por lo tanto, se concibió cada modelo para un ámbito de utilización bien definido. Con el fin de saber para qué ámbito de utilización su **Commençal Bicycles** ha sido concebido tiene que referirse al cuadro siguiente :

TIPO DE UTILIZACIÓN

1) BTT semi rigido de rallies: utilización sobre todo tipo de superficie, macadán, tierra, rocas, raíces, sobre cursos de cualquier terreno de tipo cross-country que no presenta un fuerte desnivelado. Las dos ruedas no deben dejar el suelo al mismo tiempo. No salto.

2) BTT doble suspencion de maratón/enduro: incluidas utilización de tipo 1 mas, utilización sobre cursos que se componen de un fuerte desnivelado, las ruedas pueden dejar momentaneamente el suelo, pero no salto de tipo doble abolladuras, cunetas etc....

3) BTT doble suspension de freeride, despeje superior a 150mm: incluida utilización de tipo 2: más posibilidad de efectuar saltos de tipo dobles abolladuras, cuneta etc...

4) BTT semirígido de dirt: utilización solamente sobre pistas especialmente previstas para una utilización urbana o dirt de tipo: skate park, pista de BMX etc....

5) Bicicleta trekking: utilización solamente sobre carreteras alquitranadas. Las ruedas deben constantemente ser en contacto con el suelo.

Nota : para conocer el tipo de su bicicleta, referirse a la ficha técnica que se le entregó en la compra de ésta.
Ninguna bicicleta COMMENCAL es compatible con un sistema de portaequipaje

---

¡ADVERTENCIA! Es muy importante respetar el tipo de utilización para el cual su bicicleta ha sido concebida. En efecto, una utilización inadecuada incluso ocasional, puede implicar la ruptura de uno de los componentes de la bicicleta y así resultar extremadamente peligrosa para usted.

I. ANTES DE LA PRIMERA UTILIZACIÓN

Va a utilizar su nueva bicicleta **Commençal Bicycles** por primera vez. Su vendedor **Commençal** se le preparao y ajustado. Este último le aconsejó en el tamaño del cuadro que debe adoptarse. Sin embargo con el fin de adaptarla a su morfología y utilizar su nueva bicicleta en toda seguridad hay que
efectuar el conjunto de los siguientes controles:

A. Adaptación de la bicicleta a su morfología

- Instalación de los pedales

Algunas de nuestras bicicletas se suministran con pedales. ¡Atención los pedales derecha e izquierda se diferencian, no tienen el mismo sentido de montaje!
Lubrica ligeramente el aterrajado de los pedales antes de su instalacion. El pedal derecho se atornilla en el sentido de las agujas de un reloj, mientras que el pedal izquierdo se atornilla en el sentido opuesto de las agujas de un reloj.
Aprieta los pedales hasta que estén unidos firmemente a las manivelas.

- Arreglar la altura del sillin

fig.1

La altura del sillin es el principal ajuste para determinar su comodidad sobre la bicicleta así como su eficacia al pedalage. Para ajustarlo hay aquí un método muy simple: coloca una manivela en la prolongación del tubo de sillin, pie desnudo, coloca su talón sobre el pedal que está en parte baja. En esta posición, debe tener la pierna exactamente tensa, sin el pelvis contaneado.**(fig.1)**.
Para ajustarlo debe aflojar el cuello de sujeción del tubo de sillin. Si está a tornillo se refiere al capítulo de los pares de sujeciones preconizados (el capitulo). Si es de bloqueo rápido se refiere al capítulo: «manejo de los bloqueos rápidos». **(chap.VI)**.

¡ATENCIÓN! Es muy importante no sacar la tija de sillin del cuadro más allá de la señal mínima de inserción inscrita sobre la tija de sillin. En efecto eso podría implicar la rotura del cuadro o la tija de sillin. Si ninguna señal aparece sobre la tija de sillin, vela respetar una profundidad de inserción mínimo de 9cm.

fig.2

Algunos cuadros tienen una altura de sillin mínimo que respetar. Es materializada por un impulso en el cuadro. ¡Si siente una resistencia en posición baja, es que la tija de sillin llega al impulso, no es necesario descenderlo más! Si tiene la menor duda no dude en contactar su tienda Commençal Bicycles que sabrá aconsejarle.

AVISO ! Para asegurarle que su bicicleta no sea demasiada grande, le invitamos a hacer la prueba siguiente : el sillon puesto lo mas bajo posible, usted debe poder sentarse en esto y tener los pies de plano al suelo. Si es lo contrario, su bicicleta esta demasiada grande, entonces no tienes que utilizarlo.

¡CONSEJO! Compruebe que la parte de la tija de sillin insertado en el cuadro esté lubricada ligeramente (excepto cuadro carbono) con el fin de prevenir su agarrotamiento.Cuidado para que la apertura del cuello de sillin esté en frente de la apertura del cuadro (fig.3).

fig.3

- Regular la altura del manillar el juego de direccion:

Ajustar la altura del manillar permite adaptar su posición en función del nivel de comodidad buscado. Más el manillar es alto, más su busto se rectifica y así dispone de una comodidad maxima. Contrariamente, un manillar más bajo les ofrecerá una posición de pédalage más potente ya que más aerodinámica pero con menos comodidad.

¡ADVERTENCIA! Debe absolutamente conservar todas las riostras montadas de origen sobre el pivote de horquilla. En efecto suprimir o añadir otra puede tener consecuencias dramáticas sobre la fiabilidad de su bicicleta, y su integridad física.

¡ATENCIÓN! Se equipan todas nuestras bicicletas de juegos de dirección con sistema aheadset. Con este sistema, el juego de dirección es prerregulado por medio de la potencia. Por lo tanto toda modificación de la altura del manillar requerirá arreglar el juego de dirección. Esta manipulación es delicada y requiere experiencia, si tiene alguna duda no duda en dirigirse a su vendedor Commençal Bicycles para que realice esta operación.

Método :

1. Desatornille el tornillo de ajuste del juego de dirección **A (fig.4)** que se sitúa arriba del pivote de la horquilla. Retira el tornillo así como el tapón de potencia.

2. Desatornille los tornillos laterales de la potencia **B (fig.4)**. Afloje les alternativamente por un cuarto de vuelta, eso facilitará la operación.

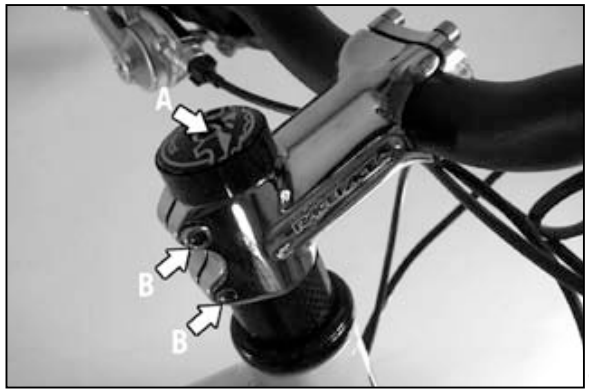


fig.4

3. Si su bicicleta posee una horquilla doble té, afloja también el té superior **A (fig.5)**.

fig.5

4. Puede ahora ajustar la altura del manillar modificando la posición de las riostras de dirección. Puede colocarlos debajo o sobre la potencia **(fig.6)**. Si su potencia es reversible, puede también volcarla. Para saber si es reversible refiere a la noticia de la potencia que sele dio en la compra.

fig.6

5. Una vez ajustada la altura del manillar, reinstala el tornillo y el casquillo de potencia. Centre el manillar con relación a la rueda delantera.

6. Debe ahora arreglar el juego de dirección. Atornille el tornillo del tapón de potencia. Atención es un tornillo de ajuste, no de sujeción. ¡Cuando sienta una resistencia, pare atornillar!

7. Controle ahora que no hay ningún horgura en el conjunto de potencia/horquilla/cuadro. Para realizarlo bloquear la rueda delantera con ayuda del freno delantero y efectúa un movimiento de adelante hacia atras con sus brazos **(fig.7)**. Si una horgura aparece en la dirección, estrecha de un cuarto de vuelta el tornillo del tapón del juego de dirección y controla de nuevo la horgura. Si la horgura persiste contacte su vendedor **Commençal Bicycles** para que realice la operación.

fig.7

8.Una vez arreglado el juego, comprueba que la dirección gira libremente.
Para controlarlo, levanta la rueda delantera y gira el manillar de la izquierd a la derecha. El manillar debe girar libremente, sin punto duro.

9. Su juego de dirección ahora esta ajustado, comprueba una última vez que el manillar se centra bien con relación a la rueda delantera. Puede ahora estrechar el tornillo lateral de la horca en que respeta los pares de sujeciones preconizados **(chap VI)**, estrechalos alternativamente, eso garantizará la fiabilidad de la operación.

B. Manejo de los cierres rápidos

¡ADVERTENCIA! Los cierres rápidos son elementos de seguridad esenciales. Una mala utilización puede causar la pérdida de uno o de más elementos de la bicicleta y resultar así extremadamente peligrosa para usted.

Para arreglar sus cierres rápidos de manera conveniente sigue atentamente las siguientes instrucciones.
Nota : lel procedimiento siguiente es también válido para los cierres rápidos de sillin.

1. Colocan la palanca **A** sobre la posición abierta (open) **(fig.8)** y verifique que la rueda este perfectamente en contacto con el fondo de las patillas. Para conseguirlo, apoyase en el manillar para la rueda delantera y sobre el sillin para la rueda trasera.

2. Baja la palanca a medio camino entre la posición abierta y cerrada y aprieta la tuerca de ajuste **B**, que está del lado opuesto a la palanca, a la mano. Esta tuerca de pretensado determina la potencia de la sujeción.

fig.8

3. A continuación, coloca la palanca en la palma de su mano y bajalo hacia la posición cerrada (close). Es normal sentir una resistencia y debe producir un esfuerzo más importante en final de curso. Si en posición cerrada consigues en girar a la palanca, la sujeción no es satisfactoria. En este caso, debe abrir de nuevo la palanca y estrechar de un medio giro la tuerca de pretensado. A continuación baja la palanca hasta la posición cerrada (close). Repite la operación hasta obtener una sujeción satisfactoria.

4. En posición cerrada (close) la palanca debe ser paralela a la rueda y alineada a lo largo de la horquilla o del cuadro con el fin de prevenir toda apertura intempestiva. **(fig.9 et 10)**.

fig.9

fig.10

¡CONSEJO! Otros sistemas de sujeción de ruedas existen, en particular, sobre las bicicletas previstas para una utilización extrema. Esta sujeciones de tipo «QR 20» aportan una adición de rigidez y reclama una manipulación específica. Si su bicicleta dispone de un sistem otro que aquél que se menciona anteriormente, le aconsejamos consultar las instrucciones del fabricante que se le dio en la compra de su bicicleta con el fin de poder ajustarlo en toda seguridad.

C. Información sobre el sistema de frenado

>> IMPORTANTE
El sistema de frenado es un elemento muy importante para su seguridad ya que les permite adaptar su velocidad en función de la circulación. Antes de utilizar su bicicleta por primera vez, tiene que comprobar la correspondencia de las palancas con relación a los frenos delanteros y traseros. Para saber a qué palanca corresponde la utilización del freno delantero, levanta la rueda delantera para que pueda hacerlo girar en el vacío e impulsa la palanca izquierda. Si la rueda se para el freno delantero corresponde a la palanca izquierda, en lo contrario el freno delantero corresponde a la palanca derecha. Si la configuración de las manetas no le corresponde, o si tiene alguna duda en cuanto a su perfecto funcionamiento, dirige a su tienda **Commençal Bicycles**.

¡ADVERTENCIA! Sobre calzada mojada o que desliza, las distancias de frenados se alargan. En efecto, la eficacia de su frenado es limitada por el riesgo de bloqueo de rueda, mucho más importante que sobre terreno seco. Por lo tanto, debe reducir su velocidad con el fin de prevenir todo riesgo de pérdida de control.

Tres tipos de sistemas de frenado pueden ser subidos sobre las bicicletas **Commençal Bicycles**:

- Freno a zapatos de tipo v-brake
- Freno a disco a tirada por cable
- Freno a disco hidráulico

¡ADVERTENCIA! Con el fin de circular en toda seguridad, es imprescindible que las superficies de frenado sean limpias y desprovistas de todo cuerpo graso. Comprueba la limpieza de las llantas o discos en función del sistema de frenado.

- Control y preparacion de los frenos a zapatos de tipo v-b

¡ADVERTENCIA! Los lados de la llanta, al igual que los zapatos de freno, se someten a un fenómeno de desgaste. Por lo tanto es imprecindible sustituir a la llanta cuando ésta es usada. Un testigo de desgaste sobre la llanta permite constatar su estado de desgaste. Si no sustituye a la llanta a tiempo, ésta puede estallar mientras circulando lo que causaría inevitablemente su caída.

1. Compruebe que al descanso los zapatos de frenos no tocan ni la llanta ni el neumático, si necesario levanta las ruedas y hacerles girar en el vacío. Si uno de los zapatos toca el neumático o si no es paralelo a la llanta, debe ajustar su posición antes de utilizar su bicicleta, por medio del tornillo previsto a tal efecto, o se refiere al capitulo VI... para conocer el par de sujeció preconizado.

2. Al descanso, los zapatos deben ser a 1mm de la llanta. Para ajustar su curso, se debe ajustar la tensión del cable por medio de la contratuerca a la palanca del freno **A (fig.11)**. Para acercar los zapatos, desatornille la contratuerca, desatornille el barrilete de tensión del cable hasta obtener el ajuste deseado. Vuelva a atornillar ahora la contratuerca.

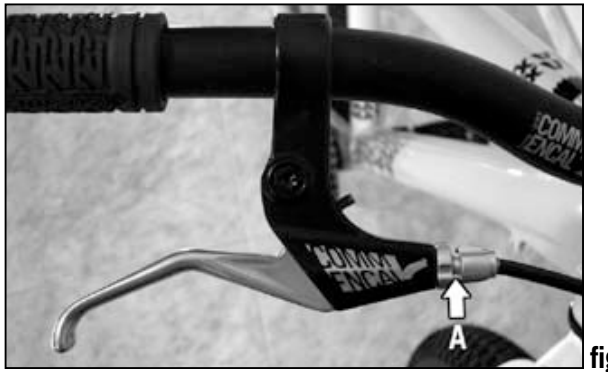


fig.11

3. Controle ahora que los dos zapatos de freno entran simultáneamente en contacto con la llanta. Si no es el caso, puede arreglar la separación de los zapatos gracias a los tornillos laterales situados sobre las abrazaderas de freno **(voir fig.12)**. Estos tornillos actúan sobre el pretensado de los resortes de la abrazadera. Desatornillar el tornillo acerca el zapato, atornillarlo lo aleja. Por ejemplo, para alejar el zapato izquierdo de la llanta, debe atornillar el tornillo de la abrazadera izquierda.

fig.12

4. Una vez efectuados los ajustes, debe imperativamente probar sus frenos al paro con el fin de asegurarse de su buen funcionamiento.

Generalidades sobre los Frenos a discos:

¡ATENCIÓN! Los frenos a disco, que sean hidráulicos o no, son sistemas mecánicos complejos y disponen de numerosos ajustes. Con el fin de rodar en toda seguridad y aprovechar como máximo de sus resultados, le aconsejamos consultar las instructiones que le dio a la compra de su bicicleta.

¡ADVERTENCIA! Los discos de freno alcanzan elevadas temperaturas de funcionamiento muy altas. Sobretodo no los tocan , en particular, despuésde un largo desenso, podría quemarse.

>>IMPORTANTE
Los sistemas de freno a disco, que sean hidráulicos o no, requieren un período de rodaje antes de obtener un frenado óptimo. Probablemente la potencia de frenado sea muy escasa en sus primeras vueltas de rueda. ¡Se le recomienda la mayor prudencia durante este período! No es necesario tampoco efectuar frenados prolongados antes del final del rodaje, de tipo desenso de montaña, lo que podría congelar las placas y hacer que el freno sea menos potente.
La duración del rodaje depende del modelo de freno y de las condiciones climáticas. Se puede sin embargo afirmar que después de una cincuentena de desaceleraciones completas de 30km/h a 0 se rueda el freno. Se considera el período de rodaje del freno completamente terminado, cuando la potencia de frenado no aumenta ya a medida que le utiliza.

- Control y preparacion de los frenos a disco a tirada por cable

1. Impulsa las palancas del freno, en final de curso no deben llegar a contacto con lel manillar. Si es el caso ajustar la tensión de cable tal como se indica al capitulo «controla y preparacion de los frenos a zapatos de tipo VB».

2. Levanta las ruedas del suelo y hazlas girar. Deben girar libremente varias vueltas. Si no es el caso es necesario arreglar la abrazadera. Es una operación compleja que requiere la mayor atención. Contacta su vendedor Commençal Bicycles él mismo que realizará la operación.

3. Una vez efectuados los ajustes, debe imperativamente probar sus frenos al paro con el fin de asegurarse de su buen funcionamiento.

¡CONSEJO! Probablemente una ligera fricción sea audible cuando la rueda gira. Este ruido procede de una ligera fricción entre el disco y las placas y desaparecerá después del período de rodaje. En cambio si la rueda no gira libremente o si el ruido no desaparece, vuelve a su vendedor Commençal Bicycles para que compruebe su sistema de freno.

- Control y puesta a punto de los frenos a disco hidráulicos

¡ADVERTENCIA! El líquido contenido en los frenos hidráulicos es dañino para la salud. En caso de contacto con la piel, aclarala al agua clara y consulta a su médico. Ademas, el líquido de frenos es agresivo para la pintura, la ropa, etc... Hay que cuidar durante su manipulación.

¡ADVERTENCIA! La estanqueidad del sistema hidráulico garantiza el buen funcionamiento de su sistema de freno. Por lo tanto, si constata una fuga, incluso minúscula sobre todo no rueda con su bicicleta y traela en su vendedor Commençal Bicycles para que efectúe los controles necesarios.
Por otra parte, cuide que el líquido freno no entre en contacto con los discos o las placas, eso alteraría peligrosamente la eficacia del frenado.

1. Impulsa las palancas del freno, en final de curso no deben llegar a contacto con la curva. Si es el caso, no utiliza su bicicleta y vuelve en su vendedor **Commençal Bicycles** para que controle su sistema de frenado.

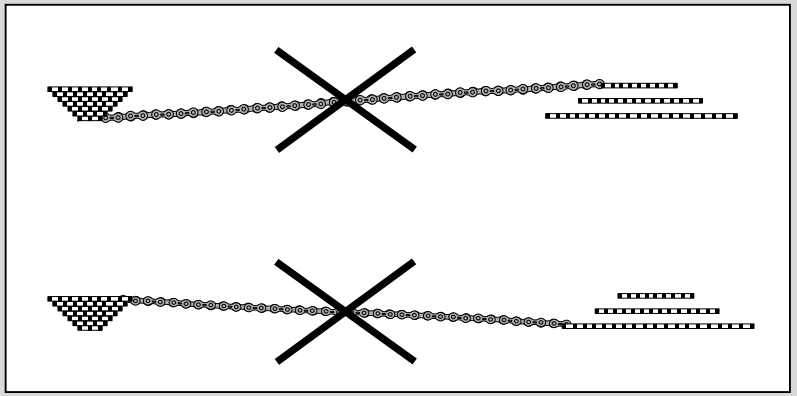
2. Levanta las ruedas del suelo y hechalas girar. Deben girar libremente varias vueltas. Si no es el caso es necesario arreglar el centrado de la abrazadera. Es una operación compleja que requiere la mayor atención. Contacta a su vendedor **Commençal Bicycles** él mismo que realizará la operación.

3. Una vez efectuados los ajustes, debe imperativamente probar sus frenos al paro con el fin de asegurarse de su buen funcionamiento.

D. Información sobre el sistema de cambio de velocidad

Nota : si desea arreglar el ajuste del cambio de velocidades, ir al chap.III.

¡CONSEJO! Las bicicletas modernas ofrecen hasta 27 velocidades, sin embargo, todas no son utilizables. En efecto, los cambios extremos, tipo gran plato/gran piñón, hacen trabajar la cadena de manera oblicua, lo que tiene por consecuencia de disminuir en gran parte la duración de vida de los órganos de transmisión. Se llama este tipo de informe: «cruce de cadena».
Para evitar de cruzar la cadena, utilize solamente los cinco más pequeños piñones cuando la cadena está en el gran plato y los cinco mayores piñones cuando la cadena está en el pequeño plato.



¡CONSEJO! Los frenos a disco hidráulicos disponen de un sistema de recuperación automático del desgaste de las placas. ¡Por lo tanto cuando las ruedas no están sobre la bicicleta sobre todo no impulsa las palancas del freno! Eso tendría por consecuencia de clavar las placas al disco lo que haría el montaje de las ruedas imposibles. Si eso llega, vuelve a su vendedor Commençal Bicycles para que él mismo realice la operación.

- Se equipan todas nuestras bicicletas de un sistema de velocidades indexadas:

La palanca izquierda al manillar, encarga el cambio delantero. La palanca derecha, pedido por su parte el cambio trasero. El sistema de cambio tiene por función de adaptar su pédalage a los relieves del terreno. Funciona siempre de la siguiente manera:

Para el cambio delantero de:

- Gran plato: importante desarrollo adaptado para los desensos.
- Pequeño plato: escaso desarrollo adaptado a las subidas.

Para el cambio trasero:

- Gran piñón: escaso desarrollo adaptado a las subidas.
- Pequeño piñón: desarrollo importante adaptado para los desensos.

E. Ajuste de la tensión de cadena sobre las bicicletas mono velocidad

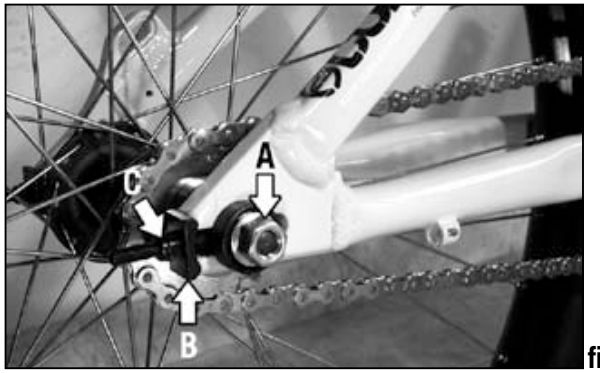


fig.13

1. Si su bicicleta dispone de una patilla de freno amovible afloja ligeramente el tornillo que lo mantiene sobre el cuadro.

2. Afloja el eje **A** de rueda traser **(fig13)**.

3. Si su bicicleta dispone de tensores de cadena **B**, atornilla la tuerca en toma sobre la tija eterrajada para aumentar la tensión de la cadena **(fig13).**

4. Desatornilla las tuercas **C** para reducir la tensión de cadena **(fig13).**

5. Cuide de atornillar o desatornillar las tuercas de manera simétrica para conservar un buen centrado de la rueda con relación al cuadro.

6. Ajustar la tensión de cadena de tal manera que a distancia media del eje de la rueda y del eje del pedalier la cadena tiene un juego vertical de casi 1cm**(fig.14)**.

fig.14

7. Aprete el eje **A** de rueda trasero (par de sujeción que debe respetarse: 30N.m)

8. Aprete la patilla de freno a disco cuando es necesario (par de sujeción que debe respetarse 8N.m)

9. Gira las manivelas a la mano sobre algunas vueltas, y controla en puntos diferentes que la tensión de la cadena sea satisfactoria.

F. Control final

Hay que rebotar su bicicleta sobre el suelo levantándolo de una decena de centímetros. Ningún ruido anormal debe aparecer. En el caso contrario controla todos los juegos y los montajes atornillados al cuidar de respetar los pares de sujeciones preconizados **(chap.VI)**.

Puede utilizar su bicicleta, cuando se validaron todos los puntos de controles.

Si tiene alguna duda y con el fin de tomar la carretera en toda seguridad, tiene que ir a su vendedor **Commençal Bicycles.**

II. ANTES DE CUALQUIER USO

Antes de cada salida, por favor contrôle imperativamente los siguientes puntos.

¡ADVERTENCIA! Todo incumplimiento a uno de estos controles puede traer un fallo sobre la bicicleta y que podría resultar muy peligroso para usted. Si constata la menor anomalía, no utilise su bicicleta y devuelvalo a su tienda Commençal Bicycles para que lo examine.

1. Su posición sobre la bicicleta debe ajustarse correctamente tal **(chap.I).**

2. Las ruedas deben seres correctamente apretados **(chap.I).**

3. Compruebe que las ruedas no son torcidas, sin salto y que ningún radio sea destendido **(chap.IV).**

4. Los neumáticos deben ser en buen estado y su presión de inflado debe respetar las recomendaciones inscritas sobre el lado del neumático **(chap.IV).**

5. Compruebe el desgaste de las guarniciones de freno **(chap.IV).**

6. Controle que no haya holgura en su bicicleta **(chap.I et IV).**

7. Compruebe los distintos elementos atornillados, controlando los pares de sujeción preconizados **(chap.VI).**

8. Si su bicicleta dispone de suspensiones, compruebe su ajuste **(ficha técnica).**

9. Compruebe que su cuadro así como su manillar y su potencia no presentan ningún rastro de desgaste, grieta o choque. Compruebe, en particular, las soldaduras **(chap.IV).**

10. Pruebe el frenado parado. Impulse las palancas del freno de mano y comprueba que estos últimos no llegan a contacto con el manillar **(chap.I).**

11. Compruebe que sus velocidades funcionen correctamente. Compruebe también el desgaste de los elementos de transmisión **(chap.III et IV).**

III. AJUSTES DE LOS CAMBIOS

¡ADVERTENCIA! En caso de mal ajuste, la cadena puede saltar, privando repentinamente la bicicleta de su mecanismo lo que puede causar su caída! Una vez el ajuste de las velocidades terminadas, es indispensable realizar una prueba afuera de todo tipo de circulación con el fin de garantizar su buen funcionamiento.

El ajuste de la indexacion de velocidades es una operación delicada que reclama conocimientos técnicos. Les aconsejamos hacer realizar esta manipulación por su tienda **Commençal Bicycles**. No obstante si desean efectuarlo usted, quiere seguir las siguientes recomendaciones:

1. El desviador delantero

- Los tornillos de retencion :

Inicialmente debe comprobar el buen ajuste de los tornillos deretencion **(fig.15)**. Son dos.

fig.15

El tornillo marcado L, para Low velocidad, impide la cadena descarrilar del plato pequeno hacia el interior del cuadro.

El tornillo marcado H, para High velocidad, impide la cadena descarrilar del plato grande hacia el exterior del marco.

Cuanto más se atornillan estos dos tornillos, más la amplitud del despeje del cambio se reduce.
Nota : por convenio se atornillan siempre en el sentido agujas de un reloj y contrariamente.

Para determinar su ajuste, deben conservar un espacio de mas o menos:

- 0,5mm entre la cadena y la parte interna del desviador **A**, cuando la cadena se encuentra en el plato pequeno **(fig.16)**.

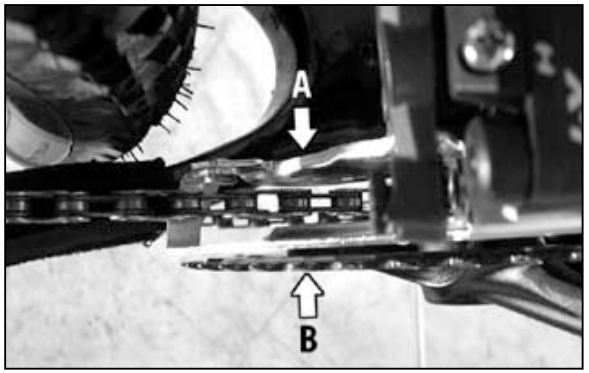


fig.16

- 0,5mm entre la cadena y la parte externa del desviador **B** cuando la cadena se encuentra en el plato grande.

Ejemplo : Si la cadena colocada en el plato pequeno toca la parte interna del desviador delantero, desatornilla el tornillo marcado L, hasta obtener el espacio preconizado.

¡CONSEJO! Unos cables en mal estado, puede ser la causa de un disfuncionamiento de su cambio de velocidades. En la duda, vuelve a su tienda Commençal Bicicles para que efectúe una sustitución de sus cables y envolturas.

- Tensión del cable :

La tensión del cable determina la precisión del paso de lasvelocidades. La tensión se ajusta por medio del barrilete que esta colocado a la entrada del cable sobre la maneta de cambio **(fig.17)**. Cuanto más desatornilla el barillete, más la tensión del cable aumenta. Al contrario cuanto más lo atornilla y más la tensión del cable disminuye.

fig.17

Si tiene dificultades para hacer subir la cadena en los dos mayores platos, debe aumentar la tensión del cable:

. coloque la cadena en el pequeño plato.

. desatornille el barrilete de la maneta del desviador delantero de un giro de 180 grados.

. a continuación, impulse el gatillo de la maneta con el fin de hacer pasar la cadena en el plato intermedio.

. Si el cambio de velocidad no se hace correctamente, se reinicia la operación hasta obtener un cambio de plato satisfactorio.

Si tiene dificultades para hacer descender la cadena en los dos más pequeños platos, deben disminuir la tensión del cable:

. Coloque la cadena en el grande plato.

. Atornille el barrilete de la maneta de cambio delantero de un giro de 180 grados.

. Impulse a continuación el gatillo de la palanca con el fin de hacer descender la cadena en el plato intermedio.

. Si el cambio de velocidad no se hace correctamente, se reinicia laoperación hasta obtener un cambio de plato satisfactorio.

¡CONSEJO! Si sus cambios no funcionan, probablemente eso esté vinculado a una mala localización de su desviador. El desviador debe ser paralelo a los platos y 3mm máximos sobre el más alto diente del grande plato. Para saber más consulte las instrucciones del fabricante que se les dio en la compra de su bicicleta, o vuelven a su tienda Commençal Bicicles para que él mismo realice la operación.

fig.18

2. El desviador Trasero

- Los tornillos de retencion :

Inicialmente debe comprobar el buen ajuste de los tornillos deretencion **(fig.19)**. Son dos.

El tornillo marcado L, para Low velocidad, impide la cadena descarrilar del pinon grande hacia los radios de la rueda.
El tornillo marcado H, para High velocidad, impide la cadena descarrilar del pinon pequeno hacia el interior del cuadro.
Cuanto más se atornillan estos dos tornillos, más la amplitud del despeje del desviador se reduce.

fig.19

Para determinar su buen ajuste asegurese que :
La cadena puesta en el pinon grande, las ruedas del desviador estan alineadas con el pinon grande.
La cadena puesta en el pinon pequeno, las ruedas del desviador estan alineadas con el pinon pequeno.

Tensión del cable :

La tensión del cable determina la precisión del paso de las velocidades. La tensión se ajusta por medio del barrilete que esta colocado a la entrada del cable sobre la maneta de cambio. Cuanto más desatornilla el barillete, más la tensión del cable aumenta. Al contrario cuanto más lo atornilla y más la tensión del cable disminuye.

¡CONSEJO! Si sus velocidades no funcionan, probablemente la patilla esté torcida. La patille es fuera de servicio si el desviador no es paralelo a la rueda cuando observan su bicicleta por la parte trasera. Si es el caso todo ajuste es inútil, deben imperativamente cambiar la patilla (fig.20).

fig.20

ESPANOL

Si sus velocidades pasan con dificultad proceda del siguiente modo :

Ajuste de la subida de las velocidades

. Coloque la cadena sobre el pequeño piñón.

. Impulse el gatillo del cambio con el fin de hacer pasar la cadena sobre el piñón superior.

. Si el cambio no pasa bien, destornille el barrilete del cambio de un medio giro.

. Ponga de nuevo la cadena sobre el pequeño piñón y se reinicia la operación hasta obtener un paso de velocidad satisfactorio.'

Ajuste de la bajada de las velocidades

. Coloque la cadena sobre el gran piñón.

. Impulse el gatillo del cambio con el fin de hacer bjar la cadena sobre el piñón inferior.

. Si la velocidad no pasa bien, atornilla el barrilete del cambio de un medio-giro de 180 grados.

. Ponga de nuevo la cadena sobre el gran piñón y reinicie la operación hasta obtener un cambio de velocidad satisfactorio.

IV. MANTENIMIENTO DE LA BICICLETA

Mantener regularmente su bicicleta le permitirá mantener su elevado nivel de performancia, conservar su bicicleta más tiempo y circular en toda seguridad.

>> IMPORTANTE
Como cualquier elemento mecánico, su bicicleta requiere un período de rodaje. La tensión de radios de las ruedas va a uniformarse, los cables van a aflojarse ligeramente y los elementos mecánicos van a posicionarse. Por lo tanto aunque no encuentran ninguna disfunción, es imprescindible traer su bicicleta en revisión a su tienda **Commençal Bicycles** después de haber recorrido 300km alrededor o una decena de salidas.

Después de cada salida bajo la lluvia o cuando su bicicleta está sucia es importante limpiarlo correctamente. No deben utilizar chorro alta presión ya que eso dañaría su bicicleta haciendo penetrar el agua en los distintos mecanismos. Utilice un cepillo a pelo suave y un desengrasante biodegradable. Después de aclarar su bicicleta es muy importante secarlo. Sacud el con el fin de expulsar el agua que podría estancar en las cabezas de tornillo por ejemplo y limpialo con un trapo suave. Puede retirar la tija de sillin y también hacer descansar la bicicleta unos minutos inversamente, con el fin de evacuar el agua que podría encontrarse en el cuadro.

¡ATENCIÓN! Tras cada limpieza, examinan las soldaduras de su cuadr con el fin de detectar posibles grietas. En caso de duda no us su bicicleta y visite su tienda Commençal Bicycles para que realice un control de su cuadro.

Lubricación

Los elementos de transmisión (cadena, corona, platos) reclaman toda su atención. Deben ser perfectamente propios y engrasados permanentemente. Tras cada lavado, cada salida bajo la lluvia o cuando su cadena es seca, lubricala con aceite previsto específicamente en este uso. Si la cadena no está perfectamente propia, limpiela con un desengrasante biodegradable. Una vez el aceite aplicado pedale y cambie de velocidades para que se extienda sobre toda la transmisión. Limpie a continuación el excedente de aceite sobre la cadena con un trapo, de tal modo que no se extienda sobre el resto de la bicicleta circulando.

¡ADVERTENCIA! Tome guardia para que ninguna proyección de aceite vaya sobre las ruedas o sobre los discos de frenos, eso podría reducir considerablemente la potencia de sus frenos y resultar extremadamente peligroso para ustedes. Si es el caso no utilizan su bicicleta y vuelve a su tienda Commençal Bicicles para que examine los elementos de frenado contaminados por el aceite.

¡CONSEJO! Su bicicleta dispone de rodamientos apretados. Por lo tanto, es inútil lubricarlos, el aceite o grasa no entraria. Para mantener este tipo de rodamientos es necesario una herramienta y conocimientos específicos, confían esta operación a su tienda Commençal Bicicles.

Control y periodicidad de sustitución de los distintos componentes de la bicicleta

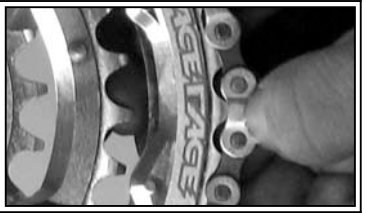
¡ADVERTENCIA! Una utilización intensiva y/o en competición acelera el fenómeno de desgaste de la bicicleta. Si la duración de vida de uno de los componentes es pasada, éste puede romperse de un único golpe, corriendo el riesgo entonces de implicar heridas para el ciclista. Las grietas o decoloración en las zonas sujetas a elevadas dificultades indican que el componente superó su duración de vida y debe sustituirse.

>> IMPORTANTE
Todo componente de la bicicleta debe obligatoriamente ser reemplazado por el idéntico. Es fuertemente recomendado utilizar únicamente partes de origen. Utilizar partes de sustitución que no responderían a estos criterios podría anular la garantía, reducir las calidades de su bicicleta y revelarse peligroso para usted. Este tipo de operación reclama una herramientas y conocimientos específicos, en duda, confíele esta operación a su vendedor **Commençal Bicycle.**

Su bicileta debe de ser revisada regurlamente por su tienda **Commençal Bicycles**.Aunque usted lo(la) utiliza poco y sólo usted no detecta disfunción, ni usura prematura de los componentes rinda usted por lo menos una vez al año a su tienda **Commençal Bicycles** con el fin de que realice una revisión completa.

Como todos elementos mecánicos, los distintos componentes de su bicicleta se gastan a medida de su utilización. Más que de establecer duraciones de vidas aleatorias, preferimos indicarles metodos de control simple cómo evaluar el desgaste de los componentes de su bicicleta y a qué momento efectuar su sustitución.

1. Componentes de desgaste:

Tipo de componentes	Mtodo de control del nivel de desgaste	Observaciones
Neumaticas	Los calambres sobre la banda de rodadura deben hacer más 1mm de altura y el neumático no debe presentar cortes o chisporroteo	Si el neumático es sustituido por un modelo de sección superior, probablemente el espacio entre el pedal y la rueda delanteros disminuye. Tome pues guardia para que sus pies no entran en contacto con la rueda antes de girar
Cámara de aire	La presión de aire no debe disminuir de una salida sobre otra	
Llanta (en el caso de un frenado sobre llanta)	Los lados no deben cavarse. Prorrogue al testigo de desgaste de la llanta	
Fondo de llanta	No debe de ser desrrado o doblado	
Disco de frenos	No deben de ser velado, torcido o cavado	
Elementos de fricciones, zapatos o pastillas de freno	Prorrogue al testigo de desgaste de zapatos o pastillas de freno	
Cables y envolturas	El cable o la envoltura no debe ser ni oxidada ni desgastado	
Cadena y casete	La cadena colocada en el gran plato, no se debe poder percibir la cumbre de los dientes del plato cuando se extrae contra la cadena. Cf. esquema	Sustituya imperativamente a la cadena y al casete al mismo tiempo. Piense por lubricarlos regularmente  **fig.21**
Platos y ruletas de desviador	Los dientes no deben ser puntiagudos ni torcidas	A sustituir después de dos cambios del conjunto cadena/k7
Rodamientos: de ruedas, pedales, brazo oscilando, de dirección, de pedales etc.	Ningún holgura debe aparecer, deben girar libremente sin punto duro	
Riostra y parte de amortiguador	Ningún holgura debe aparecer	

OBSERVACIÓN: La garantía fabricante no se aplica a las partes de desgaste

2. Componentes de seguridad:

Tipo de componentes	Memorándum de control del nivel de desgaste	Observaciones
Conjunto manillar, potencia	Ninguna grieta o decoloración de las superficies, debe aparecer	A sustituir una vez al año
Cuadro	Ninguna grieta o decoloración de las superficies, debe aparecer	
Horquilla y amortiguador	Ningúna holgura anormal debe aparecer. (una ligera holgura de funcionamiento es posible). Ninguna fuga de aceite debe aparecer. Ninguna grieta o decoloración de las superficies, debe aparecer	Un mantenimiento regular es necesario
Ruedas	La rueda no debe presentar ni vela ni salto La llanta no debe torcerse o agrietarse Los radios deben tener una tensión suficiente	
Cierres de ruedas	La fuerza que debe aplicarse para bloquear la rueda debe seguir siendo la misma que en la compra de la bicicleta	A sustituir en cuanto la eficacia no sea ya satisfactoria
Sistema de freno sobre llanta, palanca y abrazadera	La fuerza que debe aplicarse sobre la palanca de freno debe ser la misma que en la compra de la bicicleta. Los distintos elementos no deben presentar holgura anormal	A sustituir en cuanto la eficacia no sea ya satisfactoria
Sistema de freno hidráulico	La fuerza que debe aplicarse sobre la palanca de freno debe ser la misma que en la compra de la bicicleta. Los distintos elementos no deben presentar holgura anormal. El durit del freno no debe ni doblarse, ni levantada. Verifiqué que no haya ninguna fuga de líquido de frenos	Los frenos hidráulicos reclaman un mantenimiento regular. El líquido de frenos debe cambiarse todos los años. Consulte las instrucciones del fabricante que se les ha dado en la compra de la bicicleta
Tornillo, tuercas y ejes.	Ningún crujido debe aparecer, ni oxidación. Los tornillos no deben torcerse	Piense en controlar regularmente los pares de sujeciones preconizados

3. Otros componentes:

Tipo de componentes	Memorándum de control del nivel de desgaste	Observaciones
Desviador	El mecanismo no debe presentar holgura anormal. Los elementos no deben ser torcido	A sustituir en cuanto la eficacia no sea ya satisfactoria
Palancas de cambio	El mecanismo no debe presentar holgura anormal	A sustituir en cuanto la eficacia no sea ya satisfactoria
Puñado	Los puñados deben permitir una buena prensión del manillar. No deben deslizarse	
Sillín	No debe presentar ningún crujido, los carriles no deben torcerse No debe ser incómoda	
Tija de sillín	Ninguna grieta debe aparecer. No debe ser torcida. Debe poder resbalar libremente en el marco	Piense por lubricar ligeramente el tronco de silleta para prevenir todo grippage. Excepto cuadro carbono **(chap.V)**
Manivela y eje de pedalier	Ninguna grieta debe aparecer. Las manivelas o el eje no deben ser torcidos	Si las manivelas son sustituidas por un modelo más largo, probablemente el espacio entre el pedal y la rueda disminuya. Tome cuidado para que sus pies no entran en contacto con la rueda antes de girar
Pedales	Ninguna grieta debe aparecer. Los ejes no deben ser torcidos. No debe haber holgura	

V. CASOS PARTICULARES el CARBONO Y el TITANIO

EL CARBONO

El carbono es un material a la punta de la tecnología. Compuesto de fibras de carbono y resina, sus características mecánicas fuera del común permiten realizar partes a la vez muy resistentes y especialmente ligeras.
El carbono se utiliza sobre algunos de nuestros modelos de gama alta. La ganancia de peso así obtenida y la mejora de las calidades dinámicas de la bicicleta, les garantizan los mejores resultados del mercado.

Este material requiere sin embargo una atención especial. Contrariamente al metal, el carbono no presenta ninguna señal que anuncia un estado de cansancio avanzado o un riesgo de ruptura.
En caso de choque o esfuerzo demasiado importante, se dañará una estructura en carbono no se deformará afuera sino las fibras internas. Por lo tanto un elemento carbono dañado puede presentar un aspecto normal antes de ceder brutalmente.

>> IMPORTANTE

Con el fin de prevenir todo riesgo de fractura, es muy importante respetar las siguientes normas:
- La fibra de carbono resiste muy mal a la compresión, por lo tanto, vigilan que los distintos elementos de carbono de su bicicleta no sufran ninguna coacción, tipo choque, golpe, aplastamiento, etc...Sea extremadamente vigilante en el transporte de su bicicleta.
- Si durante la utilización de su bicicleta, oyen ruidos inusuales como : craquement, chirrido u otro, eso puede ser la causa de un deterioro de la fibra de carbono. **NO RUEDAN** con su bicicleta, hay un riesgo de ruptura súbita de uno de los componentes. Vaya a su minorista **Commençal Bicycles** para que realice un control importante de su bicicleta.
- De la misma forma no utilizan su bicicleta si un elemento en carbono presenta una fisura, una estría, una decoloración o una fibra que se despega etc...

¡ATENCIÓN! Vigile por respetar bien el par de sujeción del cuello del cambio delantero. No respetar el par de sujeción podría dañar irremediablemente su marco.

fig.22

Vigilad también de no lubricar la tija de sillin, eso no permitiría apretar convenientemente el tronco de sillon.

Nota : para saber si su bicicleta dispone de partes en carbono, refiérase a la ficha técnica que se le ha dado a la compra de su bicicleta.

EL TITANIO

El titanio es un material reservado a las bicicletas de gama alta debido a su precio muy elevado y a su complejidad de aplicación. El titanio presenta características mecánicas excepcionales, en particular, su ligereza y su comodidad.
El titanio se utiliza sobre algunos de nuestros modelos des gama alta. La ganancia de peso así obtenida y la mejora de las calidades dinámicas de la bicicleta, le garantizan los mejores resultados del mercado.

¡ATENCIÓN! El titanio se somete a un fenómeno de oxidación cuando está en contacto con otro metal. Esta oxidación tiene por consecuencia de soldar con autógena químicamente los dos materiales el uno con el otro. Para prevenir todo riesgo de oxidación, es imprescindible armar los componentes con ayuda de una grasa específica antigripado para partes titanio. Deben aplicarle por todas partes donde es necesario; tija de sillin, caja de pedal, etc…

VI. PARES DE APRIETE

Para garantizar la fiabilidad de su bicicleta todos los tornillos deben imperativamente apretarse respetando los pares de sujeción preconizados.» Sólo una llave dinamométrica permite controlar estos pares.

El par de sujeción que debe respetarse se inscribe generalmente directamente sobre el componente, o a falta en las instrucciones del fabricante que se les volvió a dar en la compra de su bicicleta.

Cuando el par de sujeción que debe respetarse no se mencionaría en ninguna parte, refieren a los pares de sujeción que se indican a continuación.

Tipo de tortillo	Pares de apriete en Newton-mètre	Pares de apriete en Pound-force foot
Tortillo M4	4,5 - 5,5 N.m	3 - 4,1 Lb ft
Tortillo M5	5,5 - 6,5 N.m	4,1 - 4,8 Lb ft
Tortillo M6	9,8 - 11,7 N.m	7,2 - 8,6 Lb ft
Tortillo M8	22 - 24 N.m	16,2 - 17,7 Lb ft
Tortillo M10	30 - 35 N.m	22,2 - 25,9 Lb ft

¡ADVERTENCIA! si los pares de sujeción preconizados no se respetan, eso puede causar la ruptura de uno o más componentes de su bicicleta, lo que podría implicar su caída y exponerles de un grave riesgo de herida. Si tiene cualquier duda vaya a su tienda Commençal Bicycles para que se asegure del respeto de los pares de sujeción de su bicicleta.

VII. GARANTÍA Y SERVICIO POSTVENTA

Los cuadros de bicicletas **Commençal Bicycles**, estan garantizados contra todos los defectos de fabricación para un período de 2 años, a partir de la fecha inicial de compra. Durante este período, **Commençal Bicycles** sustituirá o reparará, los cuadros Commençal teniendo un defecto de fabricación. Las partes sustituidas o, reparadas en virtud de esta garantía, estarán cubiertas para un período igual a la porción restante de la garantía del equipamiento original.

Los componentes de marca COMMENCAL **se garantizan 1 año.**

Para todos los demás componentes armados sobre los cuadros **Commençal**, sus fabricantes respectivos se encargan la garantía. Por lo tanto quiere consultar a su tienda **Commençal Bicycles** para más informaciones sobre las garantías aplicables.

Si nota un defecto cualquiera con su bicicleta, contacta su tienda **Commençal Bicycles**. Puede también situar su tienda **Commençal Bicycles** el más cerca posible consultando la lista disponible en nuestra pagina web **www.commencal.com.**

El conjunto de nuestras condiciones de garantía son también consultables en la misma pagina web.

¡Gracias por la confianza que lleva en Commençal y good ride!

• DEUTSCH

INHALT 82
GLÜCKWUNSCH! 83
INFORMATION ZU DIESEM HANDBUCH 84
ÜBERSICHT 85
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE 86
FÜR WELCHE EINSATZART EIGNET SICH MEIN NEUES BIKE? 87
I VOR DER ERSTEN FAHRT
Anpassen des Bikes an Ihren Körper 88
- Einstellen der Pedale 88
- Sattelhöhe 88
- Einstellen des Lenkrades und Vorderbaus 89
Schnellspannsystem 91
Informationen zum Bremssystem 92
Informationen zum Gangwechselsystem 94
Einstellen der Kettenspannung bei Bikes mit einem Gang 95
Endkontrolle 97
II VOR JEDER FAHRT 96
III EINSTELLEN VON SCHALTWERK UND UMWERFER 97
IV WARTUNGEN DES BIKES 100
V BESONDERE HINWEISE FÜR CARBON UND TITAN RAHMEN 105
VI ANZUGSMOMENTE 108
VII GARANTIE UND SERVICE 107

Alle COMMENCAL Fahrräder erfüllen die aufgelisteten Sicherheitsstandards wie sie in den neuen EU normen beschrieben werden:
- EN14764 «Strassenräder»
- EN14766 «Geländemountainbike»

Der Inhalt dieses Handbuches darf ohne unserer schriftlichen Zustimmung weder nachgedruckt, kopiert, veröffentlich oder für andere Geschäfts-zwecke verwendet werden.

• HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Sie sind gerade in den Besitz eines **Commençal Bikes gekommen**. Definitiv haben Sie eins der besten Bikes erworben! Jedes unserer Bikes ist ein Resultat aus intensiver Forschungs- & Entwicklungsarbeit. Die Federungscharakteristik, Rahmengeometrie und Auswahl der einzelnen Komponenten wurde von Entwicklern ausgewählt, die alle Mountainbiking im Blut haben.

Das Ziel: für Sie das beste Bike zu bauen. Jedes Detail wurde aus einem bestimmten Grund entwickelt, getestet, analysiert und optimiert.
Das Leben eines **Commençal Bikes ist schließlich kein einfaches**!

Unabhängig Ihres Fahrertypes und der Einsatzart des Bikes, ob nun im Racing Wettbewerb oder im Hobby / Freizeitbereich sind wir sicher, dass Ihr **Commençal Bike ihre volle Zufriedenheit erreichen wird.**

Vielen Dank für Ihr Vertrauen in Commençal! Wir wünschen Ihnen eine gute Fahrt!

• INFORMATION ZU DIESEM HANDBUCH

Dieses Handbuch soll Ihnen dazu dienen mit Ihrem Bike eine bestmögliche und sichere Performance abzugeben. Lesen Sie es sorgfältig durch bevor Sie das erste Mal fahren. Hinweise in diesem Handbuch, die nicht beachtet weden, können die Qualität des Bikes mindern und Ihre Sicherheit gefährden.

Dieses Handbuch beinhaltet alle nützlichen Informationen zum Gebrauch und zur Pflege Ihres Bikes. Ein technisches Dokument für die speziellen Einstellungen unserer Produkte, wie zum Beispiel die Spannungswerte, wird mit jedem unserer Bikes oder Rahmen Kits mitgeliefert.

Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte an Ihren autorisierten **Commençal Bicycles** Fachhändler.

Sollten Sie ein Problem haben, dass der Fachhändler nicht lösen kann oder aber haben Sie technische Fragen, schicken Sie uns bitte ein Email an: **info@commencal.com**.

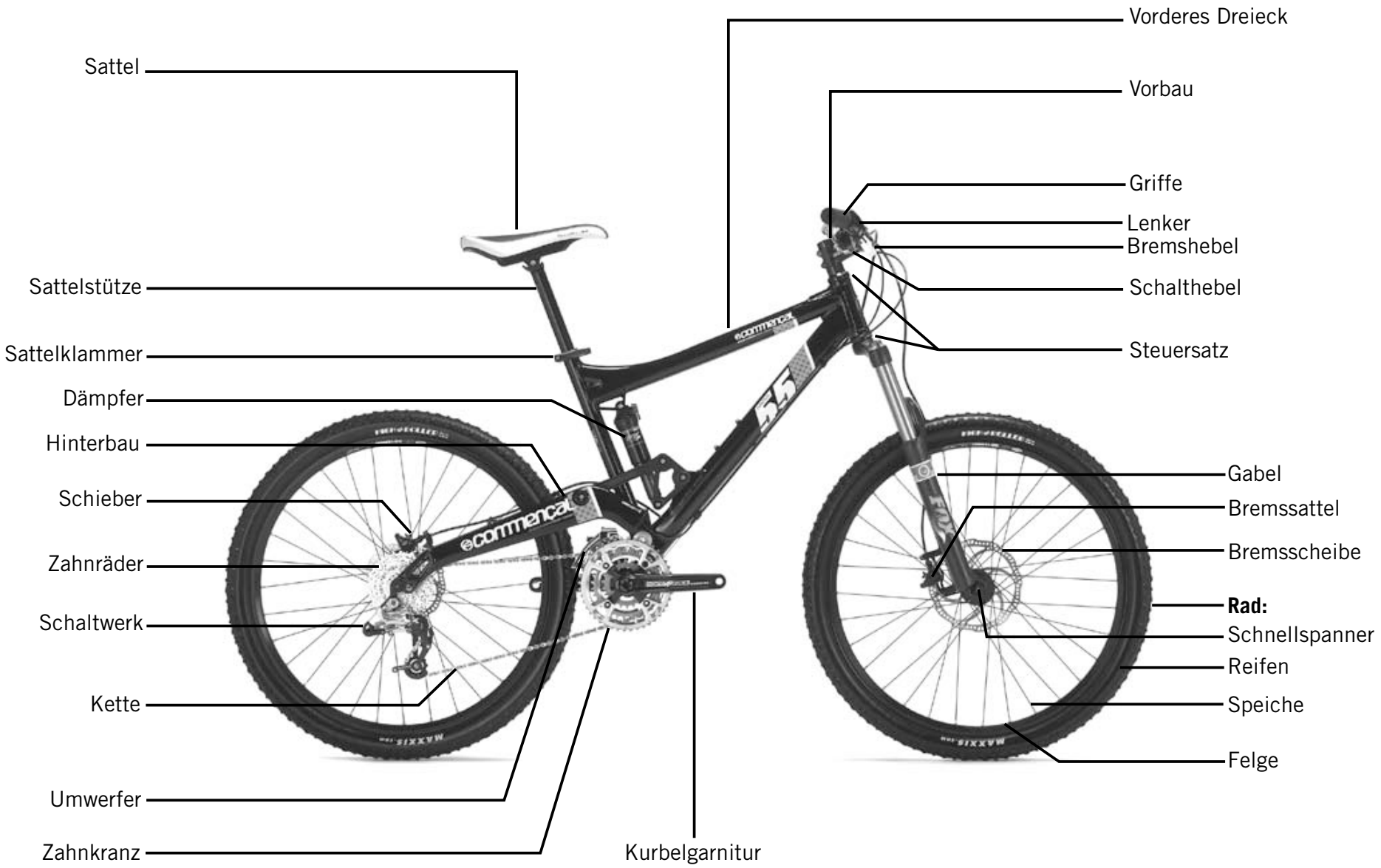
Legende für Piktogramme:

Informiert Sie über mögliche Gefahren sollten Sie der Bedienungsanleitung für den Einsatz Ihres Bikes nicht folgen.

Informiert Sie über die Risiken von Fehlfunktionen oder reduzierter Haltbarkeit des Bikes wenn Empfehlungen nicht eingehalten werden.

Gibt Ihnen Tips wie Sie die Vorzüge Ihres Bikes voll nutzen können.

• ÜBERSICHT



DEUTSCH

• WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE FÜR DEN KUNDEN

1. Stellen Sie sicher, dass ihr Bike der Beschreibung entspricht. Bitte passen Sie das Bike Ihrer Körpergröße an, wie in dem Absatz « Vor der ersten Fahrt » beschrieben.

2. Bitte prüfen Sie vor jeder Fahrt systematisch alle in dem Absatz « Vor der ersten Fahrt » aufgeführten Punkte.

3. Führen Sie gemäß dem Absatz « Pflege des Bikes » regelmäßige Wartungen für ein sicheres Fahren und ein langes Leben Ihres Bikes durch.

4. Nutzen Sie Ihr Bike nur für die in dem Absatz « Wofür ist mein Bike geeignet? » erwähnten Möglichkeiten.

5. Sollten Sie stürzen oder aber an der Sicherheit ihres Bikes zweifeln suchen Sie bitte unverzüglich einen autorisierten **Commençal Bicycles** Fachhändler auf.

6. Tragen Sie bitte bei jeder Fahrt einen homologierten Fahrradhelm.

7. Bitte montieren Sie ein Bikelicht, Reflektoren und eine Klingel wenn Sie auf öffentlichen Straßen fahren. Bitte stellen Sie vor jeder Fahrt sicher, dass alles einwandfrei funktioniert. Beachten Sie, dass Sie als Fahhradfahrer im öffentlichen Straßenverkehr ebenso Verkehrsteilnehmer sind und sich gemäß den geltenden Gesetzen und Straßenverkehrsordnung verhalten müssen.

8. Respektieren Sie bitte in jeder Situation die gültige Straßen- verkehrsordnung.

9. Sollten Sie « off-road » fahren wollen, nutzen Sie bitte auch nur die dafür vorgesehenen und gekennzeichneten Strecken.

10. Sollten Sie in den Bergen fahren wollen, beachten Sie bitte die Wettervorhersage, da gerade dort das Wetter sehr schnell umschlagen kann.

11. Vergessen Sie niemals dass der Fahhradsport Risiken birgt und Sie sich dabei schwerwiegend verletzen können. Sie müssen ihr Bike jederzeit kontrolliert beherrschen.

12. Überschätzen Sie niemals Ihre Stärken or technischen Fähigkeiten.

13. Nutzen Sie für Ihr Bike immer nur passende Originalteile. Andernfalls verlieren Sie sofort Ihren Garantieanspruch und es sind Fehlfunktionen möglich, die zu ernsten Verletzungen führen können.

14. **Commençal Bicycles** ist nicht haftbar, wenn die Vorschriften in dieser Anleitung nicht eingehalten werden oder aber das Bike in irgendeiner Art und Weise modifiziert wurde.

GEFAHR ! Das gestattete Maximalgewicht Fahrrad+Radfahrer+Radfahrer Gepäck ist 120kg für unsere Fahrräder mit einer Bremssystem mit Scheiben und 100kg für unsere Fahrräder mit einer Bremssystem auf Felgen. Um das gestattete Gesamtgewicht Radfahrer+Fahrrad zu kennen, ziehen Sie das Gewicht von Ihrem Rad von 120kg ab im Fall eines Rades mit Scheibenbremse, und von 100kg ab im Fall eines Rades mit Bremsen auf Felgen (V-Brake Typ).

• FÜR WELCHE EINSATZART EIGNET SICH MEIN NEUES BIKE?

Commençal Bikes sind hochtechnologische Produkte, ausgestattet mit speziell ausgewähltem Equipment für eine bestmögliche Performance bei Ihrer Ausübung des Fahrradsports. Jedes Fahhrad ist für eine bestimme Nutzung entwickelt worden. Bitte nutzen Sie die untenstehende Tabelle um herauszufinden welcher Fahrertyp Sie sind:

BIKE TYP

1) Hardtail Mountain-Bike: für alle Beläge geeignet, asphaltierte Straßen, Äckerböden, Steine, Kiesel, bewurzelte Wege, und Strecken mit nicht allzugroßen Schlaglöchern. Dieses Bike sollte auf keinem Fall für irgend eine Art von Sprünge/Jumps genutzt werden.

2) Marathon/enduro softail Mountain-Bike schließt Typ 1 ein plus folgende Möglichkeiten: Pfade/Wege mit größeren Unebenheiten/Schlaglöchern. Für kleinere Sprünge, aber nicht für Sprünge wie « doubles », « gaps », etc… geeignet.

3) Freeride softail Suspension Mountain-Bike mit 150mm oder mehr Federweg an der Hinterachse schließt Typ 2 ein plus folgende Möglichkeiten: für Sprünge wie « doubles », « gaps », etc…

4) Dirt Hardtail Mountain-Bike: für den Einsatz auf speziell preparierten Pisten/Strecken/Gelände, wie z.B. Skater Half pipes, oder BMX Strecken usw…

5) Trekking Bike: Für asphaltierte Strecken. Dieses Bike sollte nicht für Sprünge oder schweres Gelände benutzt werden.

Hinweis: Um herauszufinden welches Bike Sie besitzen, sehen Sie bitte im mitgelieferten technisches Dokument nach.
Commençal Bikes sind nicht für Gepäckhalter geeignet.

ACHTUNG! Es ist sehr wichtig, dass Bike nur in der vorgeschriebenen Weise zu nutzen. Durch eine unsachgemäße Nutzung, auch nur zeitweise, kann das Bike so stark beschädigt werden, dass es für Sie gefährlich wird! Bei Fragen weden Sie sich bitte an Ihren Commençal Ansprechpartner.

I. VOR DER ERSTEN FAHRT

Sie sind dabei Ihr neues Commençal Bike das erste Mal zu benutzen. Ihr Bike sollte nur durch einen autorisierten Commençal Bike Fach-händler geprüft und eingestellt werden. Es ist zwingend erforderlich das Bike Ihrer Körpergröße anzupassen um eine sichere Fahrt zu ermöglichen. Bitte prüfen Sie wie folgt:

A. Einstellen des Bikes an Ihre Körpergröße

- Pedale anbringen

Einige unserer Modelle werden mit Pedalen ausgeliefert.
ACHTUNG: linke und rechte Pedale unterscheiden sich, und werden unterschiedlich montiert! Fetten Sie die Pedale leicht ein bevor Sie diese anbringen. Das rechte Pedal wird im Uhrzeigersinn ange- schraubt, wogegen das linke Pedal entgegen dem Uhrzeigersinn angeschraubt wird. Befestigen Sie die Pedale so, dass Sie eine Einheit mit der Tretkurbel bilden.
Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an einen Fachhändler.

- Sattelhöhe

Bild 1

Die Sattelhöhe ist entscheidend für Ihren Komfort und effizienztes Fahren. Um diese einzustellen gehen Sie bitte wie folgt vor:
Positionieren Sie einen Pedalarm so, dass dieser eine Verlängerung zu der Sattelstange bildet und treten Sie auf die Pedale mit Ihrer Ferse am untersten Punkt. Ihr Bein sollte nun gestreckt sein, ohne dabei die Hüfte zu kippen.
Um die Sattelstange zu verstellen müssen Sie die Schraube an der Sattelstange lösen. Bei einem Bolzen beachten Sie bitte das empfohlene Anzugsdrehmoment im entsprechenden Absatz. Bei einem Schnellspanner beachten Sie bitte die Angaben in dem Absatz. « Einstellung des Schnellspanners »(Abs.VI).

ACHTUNG! Es ist wichtig, dass Sie die Sattelstange nicht über die minimale Markierung aus dem Rahmen hinausziehen. Andernfalls können der Rahmen oder die Sattelstange brechen. Sollten Sie eine solche Markierung im Rahmen nicht finden, sollten mindestens 9cm der Sattelstange in den Rahmen geschoben werden.

Bild 2

Einige Rahmen haben eine Minimum-Sattelhöhe. Diese wird durch einen Einbau im Rahmen beinflusst. Sollten Sie beim Einscheiben der Sattelstange in den Rahmen auf einen Widerstand stoßen, versuchen Sie nicht mit Gewalt die Sattelstang weiter in den Rahmen zu drücken! Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler.

RAT ! Um sicher zu sein, dass Ihr Rad für Sie nicht zu gross ist, fordern wir Sie auf, den folgenden Test zu machen: Wenn das Sattel im niedrigsten Möglichen positioniert wird, sollten Sie sich auf diesem setzen und Ihre zwei Füsse flach auf den Boden stellen können. Im gegenteiligen Fall ist Ihr Rad zu gross, und sollen Sie es nicht benutzen.

TIP! Um ein Festsetzen der Sattelstange in dem Rahmen zu verhindern, sollten Sie den sich im Rahmen befindlichen Teil der Sattelstange leicht fetten (ausgenommen Carbon Rahmen). Stellen Sie sicher, dass sich die Öffnung der Sattelklemme genau gegenüber des Spaltes im Rahmen an der Sattelstange befindet (Bild 3).

Bild 3

- Höheneinstellung der Lenkstange und des Vorderbaus

Die Körperhaltung und der Komfort auf dem Bike ist abhängig von der Höhe der Lenkstange. Je höher die Lenkstange und Griffe eingestellt werden um so komfortabler ist Ihre Sitzposition, unterstützt durch einen gerade Rücken. Durch eine niedrig eingestellte Lenk-stange erreichen Sie mehr Aerodynamik und effektiveres Rad fahren, jedoch sinkt damit der Komfort.

ACHTUNG! Alle montierten Distanzstücke/Spacers dürfen nicht von der Lenkstange entfernt oder verändert werden. Andernfalls kann dies zu Materialschäden führen und Sie in Gefahr bringen.

ACHTUNG! Alle unsere Bikes sind mit einem einstellbaren Vorderbau ausgestattet. Daher muss bei der Höhenanpassung der Lenkstange in jedem Fall auch der Vorderbau mit angepasst werden. Dies ist schwierig und bedarf etwas Erfahrung. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren autorisierten Commencal Bicycles Fachändler.

Methode:

1. Lösen Sie die obere Einstellschraube (A) des Vorderbaus. **(Bild 4)**. Entfernen Sie die Schraube und die Abdeckung.

2. Lösen Sie die beiden Querschraube (**B) (Bild 4)**. Lösen Sie nach und nach beide Schrauben gleichzeitig um so ein Verkanten zu verhindern.

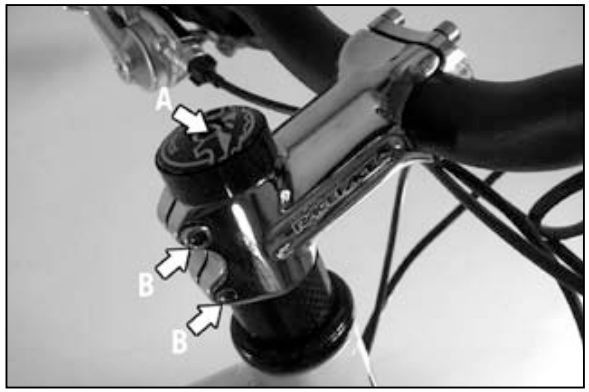


Bild 4

3. Sollte Ihr Bike mit einer Doppelbrücken Federgabel ausgestattet sein, lösen Sie bitte die obere Brücke **A (Bild 5)**.

Bild 5

4. Durch Positionierung der Spacers am Standrohr verstellen Sie die Höhe der Lenkstange. Sie können die Spacers über oder unter dem Vorderbau plazieren **(Bild 6)**. Ist ihr Vorderbau drehbar, können Sie diesen auch umdrehen. Diese Information erhalten Sie beim Kauf Ihres Bikes.

Bild 6

5. Nach der Einstellung der Höhe schrauben Sie alle Teile zusammen und richten die Lenkstange mit Hilfe des Vorderrades aus.

6. Fixieren Sie nun den Vorderbau. Ziehen Sie die Einstellbolzen an. Achtung: diese Einstellbolzen dienen nur zur Einstellung. Sie sollten nicht über den Widerstand hinaus angezogen werden.

7. Stellen Sie sicher, dass kein Spiel am Vorderbau vorhanden ist **(Bild7)**. Ziehen Sie die vordere Bremse und testen Sie dies, indem Sie nach vorne und hinten drücken. Sollte ein Spiel vorhanden sein ziehen Sie die Einstellbolzen eine viertel Umdrehung weiter an. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an einen autorisierten **Commençal Bikes Händler**.

Bild 7

8. Nach Einstellung des Vorderbaus prüfen Sie bitte die Lenkung. Diese sollte nun leichtgängig nach rechts und links funktionieren.

9. Prüfen Sie nochmals die zentrale Einstellung des Lenkrades zum Vorrderrades. Ziehen Sie nun auch die beiden Schrauben am Vorderbau mit den zu verwendenden Anzugsmomenten an **(Kapitel VI).** Ziehen Sie die Schrauben gleichzeitig fest.

B. Schnellspann System

ACHTUNG! Schnellspannsysteme sind wichtige Sicherheitskomponenten. Eine falsche Einstellung kann zu Verlust von einzelnen Komponenten führen und dadurch Ihre Sicherheit extrem gefährden.

Um die Schnellspannsysteme korrekt zu verwenden folgen Sie bitte den folgenden Hinweisen:

Hinweis : die folgenden Prozeduren sind für Rad-Schnellspanner.

1. Platzieren Sie den Hebel A in die offene Position **(Bild8)** und stellen Sie sicher, dass das Rad richtig in der Halterung platziert ist. Um dies sicher zu stellen drücken Sie das Vorderrad in die Gabel / Hinterrad in den Hinterbau.

2. Schließen Sie den Hebel A halb und ziehen Sie auf der anderen Seite des Hebels die Einstellmutter **B** fest. Die Einstellmutter entscheidet über die Festigkeit des Spannsystems.

Bild 8

3. Ziehen Sie nun den Hebel mit Ihrer Hand fest. Es ist normal, dass Sie gegen Ende einen Widerstand fühlen und zusätzlich Kraft aufwenden müssen. Sollten Sie nun den Hebel drehen können ist das System nicht richtig geschlossen! Öffnen Sie den Hebel und ziehen Sie die Einstellmutter nach. Schließen Sie das System wieder und prüfen Sie erneut. Wiederholen Sie die Prozedur bis der Hebel im geschlossenen Zustand nicht mehr drehbar ist.

4. Der Hebel sollte im geschlossenen Zustand quer zur Gabelstange positioniert sein **(Bild 9 & 10)**.

Bild 9

Bild 10

HINWEIS! Es gibt andere Radnabensysteme, vor allem bei Bikes für aggresiveres Fahren. “QR 20” Radnaben bieten eine erhöhte Stabilität und bedürfen einer speziellen Einstellung. Sollten Sie ein Bike mit einem anderen System als oben beschrieben haben, gehen Sie bitte wie in dem Herstellerhandbuch erklärt vor. Dieses haben Sie bei dem Kauf Ihres Bikes erhalten. Sollen Ihre Unterlagen nicht komplett sein, wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Commençal Bikes Fachhändler.

C. Informationen zum Bremssystem

>> WICHTIG
Das Bremssystem ist wichtig für Ihre Sicherheit, da es Ihnen erlaubt Ihre Geschwindigkeit dem Verkehr anzupassen. Bevor Sie das Bike zum ersten Mal nutzen, sollten Sie sich mit den Bremsen und dem Bremsverhalten vertraut machen. Um herauszufinden welcher Hebel für die Vorder- oder Hinterbremse ist, sollten Sie als Erstes das Vorderrad in der Luft drehen und den linken Hebel ziehen. Stoppt das Vorderrad ist der linke Hebel für die Vorderbremse. Falls das Vorderrad nicht stoppt, ist der linke Hebel für die Rückbremse. Sollte Ihnen diese Einstellung nicht gefallen, oder Sie die Bremsqualität nicht überzeugen, wenden Sie sich bitte an Ihren autorisierten **Commençal Bicycles** Fachhändler.

ACHTUNG! Auf glatten oder nassen Untergründen ist der Bremsweg länger als auf trockenem Boden. Ihre Reifen könnten blockieren. Bitte fahren Sie langsamer, um so das Risiko einzuschränken.

Es gibt drei verscheidene Bremssysteme für Bikes von **Commençal Bicycles**:

- V-Brakes / V-Bremsen
- Mechanische Scheibenbremse
- Hydraulische Scheibenbremse

ACHTUNG! Für Ihre Sicherheit sollten Sie darauf achten, dass die Bremsen frei von Ölen und Fetten sind. Abhängig vom Bremsentyp müssen die Felgen und Scheiben entsprechend sauber sein.

- Inspektion und Einstellung der V-brakes.

ACHTUNG! Sowohl die Felgenflanken als auch die Bremsbeläge können verschleißen. Tauschen Sie die Felge wenn nötig aus. Dies erkennen Sie an dem Verschleißanzeiger. Sollten Sie die Felge nicht tauschen, kann diese brechen und Sie verletzen.

1. Prüfen Sie, dass die Bremsbeläge bei Nichtaktivierung weder den Reifenmantel noch die Felge berühren. Sollte ein Belag den Reifen- mantel berühren oder nicht parallel zur Felge stehen, müssen Sie den Belag neu positionieren bevor Sie das Bike nutzen können. Dies können Sie mit Hilfe der Einstellungsschraube machen; berücksichtigen Sie das richtige Anzugsmoment, wie in dem Abschnitt « Anzugsmomente » angegeben.

2. Die Bremsbeläge sollten einen Abstand von 1mm von der Felge haben. Dies wird durch die Kabelspannung entschieden, die Sie mit Hilfe des Rings am Bremshebel **A (Bild 11)** einstellen. Lösen Sie den Ring und dann den Kabelspanner, um den Abstand zu reduzieren. Drehen Sie anschließend den Ring wieder fest.

Bild11

3. Stellen Sie sicher, dass beide Bremsbeläge gleichzeitig die Felge berühren. Wenn dies nicht der Fall ist können Sie die Bremsbeläge mit Hilfe der Querschrauben am Bremsarm einstellen **(Bild 12)**.
Mit diesen beiden Schrauben können Sie die Vorspannung ein stellen. Schraube lockern um den Bremsbelag näher an die Felgenkante zu bringen, fester Schrauben um den Bremsbelag von der Felgenkante zu entfernen.

Bild 12

4. Nach der vorgenommenen Einstellung prüfen Sie bitte die Bremsen im Stillstand um sicher zu stellen, dass diese korrekt funktionieren.

Allgemeine Informationen zu den Bremsscheiben

ACHTUNG! Ob die Bremsscheiben hydraulisch arbeiten oder nicht, hat dieses komplexe mechanische System eine Vielzahl von Einstellungsmöglichkeiten. Für totale Sicherheit und ein optimales Bremsverhalten sollten Sie unbedingt das mitgelieferte Herstellerhandbuch lesen.

ACHTUNG! Bremsscheiben können sehr heiß werden. Fassen Sie diese nicht an, da Sie sich sonst verbrennen können.

>>WICHTIG
Bremsscheibensysteme, hydraulisch oder nicht, müssen immer eingefahren werden, bevor Sie Ihre ganze Leistung entfalten. Bei der ersten Fahrt kann die Bremskraft noch sehr schwach sein. Bitte fahren Sie während dieser Zeit sehr vorsichtig! Während des Einfahrens sollten Sie auf langes Bremsen verzichten, da diese sonst glasig werden können und Ihre Leistung und Effizienz verlieren
Die Einfahrzeit hängt von dem Modell und den klimatischen Gegebenheiten Verhältnissen ab. Generell gelten ungefähr 50 Bremswiederholungen von etwa 30km/h auf 0 km/h als Richtwert. Wenn die Bremsleistung konstant bleibt ist Ihre Bremse eingefahren.

- Inspektion und Einstellung der Kabel Scheibenbremsen

1. Ziehen Sie den Bremshebel. Diese sollten bei vollem Zuge nicht die Lenkstange berühren. Sollte dies der Fall sein, müssen Sie die Kabel- spannung wie in dem Kapitel «V-Bremsen prüfen und einstellen» beschrieben.

2. Drehen Sie die Reifen in der Luft, diese sollten sich frei drehen. Ist dies nicht der Fall, müssen Sie die Bremszangen einstellen! Dieser komplexe Vorgang muss mit Vorsicht durchgeführt werden. Bitte kontaktieren Sie Ihren autorisierten **Commençal Bicycles** Fachhändler, damit er diese Einstellung vornimmt.

3. Nach den vorgenommen Einstellungen müssen Sie die Bremsen im Stillstand testen, um sicher zu stellen, dass diese funktionieren.

TIP! Es ist möglich, dass Sie ein leichtes Schleifen beim Drehen des Reifens hören. Dieses Geräusch entsteht durch eine leichte Berührung der Scheibe mit den Belägen und wird nach der Einfahrzeit aufhören. Sollte der Reifen dadurch aber nicht rund laufen oder aber das Geräusch nicht aufhören wenden Sie sich bitte an Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler.

-Inspektion und Einstellung der hydraulischen Scheibenbremse

ACHTUNG! Die Flüssigkeit in der Hydraulikbremse ist gesundheitsschädlich. Sollten Sie damit in Kontakt kommen, waschen Sie die Stelle mit Wasser ab und gehen Sie zum Arzt. Die Flüssigkeit ist stark ätzend.
Seien Sie hier also besonders vorsichtig.

ACHTUNG! Der Druck im Hydrauliksystem garantiert die Funktion des Bremssystems. Selbst bei kleinsten Undichtigkeiten stellen Sie bitte sofort die Fahrt ein. Bringen Sie Ihr Bike direkt zu einem autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler. Stellen Sie sicher, dass die Hydraulikflüssigkeit nicht mit anderen Komponenten in Verbindung kommt.

1. Ziehen Sie den Bremshebel. Diese sollten bei vollem Zuge nicht die Lenkstange berühren. Sollte dies der Fall sein, dürfen Sie das Bike nicht nutzen und müssen Ihren autoriserten **Commençal Bicycles** Fachhändler aufsuchen.

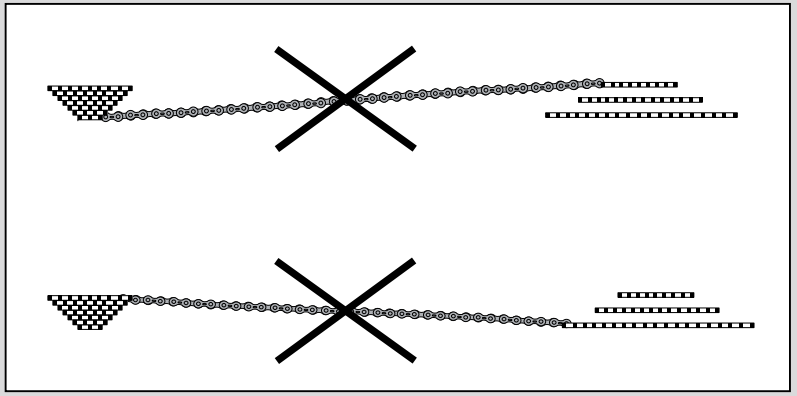
2. Drehen Sie die Reifen frei in der Luft, diese sollten sich ohne Widerstand drehen. Ist dies nicht der Fall, müssen Sie die Bremszange nachstellen. Dieser komplexe Vorgang muss mit Vorsicht angepasst werden. Bitte kontaktieren Sie einen autorisierten **Commençal Bicycles** Fachhändler, damit er diese Einstellung vornimmt.

3. Nach den vorgenommen Einstellungen müssen Sie die Bremsen im Stillstand testen, um sicher zu stellen, dass diese funktionieren.

D. Informationen zur Gangschaltung

Hinweis: Zur Einstellung der Gangschaltung sehen Sie bitte im Kapitel III nach.

TIP! Moderne Bikes haben bis zu 27 wählbare Gänge, aber nicht alle sind zwingend notwendig. Vermeiden Sie es, große Gänge zu wählen wenn Sie beispielsweise auf dem kleinen vorderen Ritzel fahren. Dies führt zu einer starken Dehnung der Kette und führt zum s.g. “chain crossing”. Dabei werden alle Komponenten extremen Verschleiß/Stress ausgesetzt. Um dies zu vermeiden wählen Sie die 5 kleinsten hinteren Ritzel nur dann, wenn Sie an der Kurbel auf dem größten Ritzel fahren und umgekehrt.



TIP! Das Hydraulikbremssystem hat eine automatische Bremsbelagverschleißanzeige. Daher ziehen Sie bitte nicht die Bremse, wenn sich keine Reifen am Bike befinden! Die Beläge würden verkleben und eine Wiederanbringung der Reifen an das Bike wäre unmöglich. Sollte es dennoch passieren, wenden Sich sich bitte an Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler.

- Alle unsere Fahrräder sind mit einer indexierten Gangwechselschaltung ausgestattet:

Der linke Schalter am Lenker ist für die vordere Gangschaltung (auch als Umwerfer oder Kettenwechsler bekannt). Der rechte Schalter ist für die hintere Gangschaltung. Die Gangschaltung dient der Anpassung Ihres Radfahrens im Gelände. Es funktioniert wie folgt:

Für die vordere Schaltung:

- großer Kettenring: dreht in einer niedrigen Frequenz, um hohe Geschwindigkeiten bei Abfahrten zu erreichen.
- kleiner Kettenring: dreht in einer schnelleren Frequenz und eignet sich bei Auffahrten.

Für die hintere Schaltung:

- großes Zahnrad: niedriger Widerstand für Auffahrten
- kleines Zahnrad: höhere Geschwindigkeit entwickelt für Abfahrten

E. Einstellung der Kettenspannung für single speed bikes

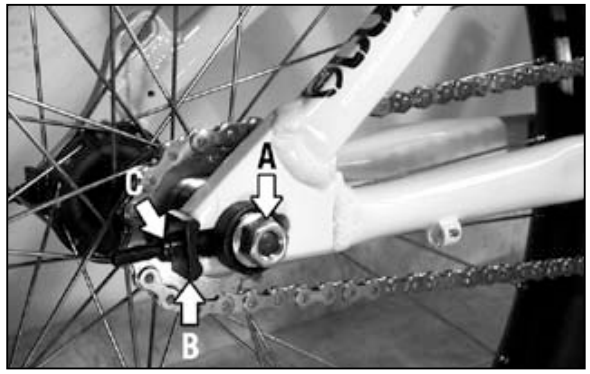


Bild 13

1. Sollte Ihr Bike mit einer austauschbaren Aufnahme für die Scheibenbremse ausgestattet sein, lösen Sie bitte die Befestigungs schraube.

2. Lösen Sie Achse des Hinterrades. **(Bild 13).**

3. Sollte Ihr Bike mit einem Kettenspanner ausgerüstet sein **B**, ziehen sie beide Muttern **C** an um die Spannung zu erhöhen.

4. Lösen Sie die Muttern um die Kettenspannung zu reduzieren (Bild 13)**.**

5. Stellen Sie sicher, dass Sie die Mutter immer gleichstark lösen oder festziehen, um das Hinterrad zentral im Rhamen zu halten.

6. Spannen Sie die Kette so, dass auf halbem Wege zwischen Reifen und Kurbeltrieb noch etwa 1cm vertikaler Spielraum besteht **(Bild14)**.

7. Ziehen Sie das hintere Laufrad wieder fest (30Nm Anzugsmoment).

Bild 14

8. Falls relevant, ziehen Sie das Befestigungssystem für die Bremsscheibe wieder fest (8Nm Anzugsmoment).

9. Drehen Sie nun an der Kurbel und prüfen Sie, dass die Kette in unterschiedlichen Positionen die richtige Spannung hat.

F. Endkontrolle

Heben Sie Ihr Bike ein paar cm vom Boden und lassen Sie es wieder auf den Boden fallen. Es sollte kein abnormales Geräusch zu hören sein. Sollten Sie auffällige Geräusche hören, prüfen Sie bitte alle Schrauben auf mit dem zu verwendenen Anzugsmoment auf festen Sitz. **(Kapitel VI)**

Sollten Sie Fragen haben wenden Sie sich bitte an einen autorisierten **Commençal Bicycles** Händler.

II. VOR JEDER FAHRT

Führen Sie bitte jeder der folgenden Kontrollen durch:

ACHTUNG! Das Nichtbeachten der folgenden Punkte kann zu Schäden an einzelnen Komponenten führen und Ihre Sicherheit gefährden. Sollten Sie irgend eine Auffälligkeit an Ihrem Bike bemerken fahren Sie nicht weiter und setzen Sie sich mit einem Commençal Bicycles Fachhändler in Verbindung.

1. Die Sitzposition sollte vor jeder Fahrt geprüft werden **(Kapitel I)**

2. Überprüfen Sie die Laufräder auf festen Sitz **(Kapitel I)**

3. Stellen Sie sicher, dass die Laufräder störungsfrei laufen, und dass jede Speiche festsitz **(Kapitel IV)**

4. Die Reifen müssen den richtigen Druck haben wie auf der Flanke beschrieben **(Kapitel IV)**

5. Prüfen Sie die Bremsanlage auf den Verschleißzustand **(Kapitel IV)**

6. Stellen Sie sicher, dass alle Komponenten fest montiert sind und kein Spiel vorhanden ist **(Kapitel IV)**

7. Prüfen Sie bei allen festgeschraubten Komponenten, ob das Anzugsmoment korrekt ist **(Kapitel VI)**

8. Sollte Ihr Bike mit Federgabeln ausgestattet sein, stellen Sie bitte sicher, dass die Einstellungen korrekt sind. **(Einstellungsempfehlung)**

9. Prüfen Sie, ob der Rahmen, der Lenker und die Sattelstange weder Verschleiß noch Risse aufweisen. Prüfen Sie beim Rahmen insbesonders die Schweißnähte **(Kapitel IV)**

10. Testen Sie die Bremsen im Stehen. Ziehen Sie die Bremshebel und stellen Sie sicher, dass der Hebel nicht den Lenker berührt **(Kapitel I)**

11. Prüfen Sie, ob die Gangschaltung einwandfrei funktioniert. Dabei sollten Sie gleichzeitig den Grad der Verschleißung der zugehörigen Teile sichtprüfen **(Kapitel III & IV)**

III. EINSTELLEN VON SCHALTWERK UND UMWERFER

Die Einstellung der Gangschaltung ist nicht ganz einfach und bedarf etwas Erfahrung.

ACHTUNG! Wenn die Gangschaltung nicht korrekt eingestellt ist, kann die Kette möglicherweise abfallen und so einen Unfall verursachen.
Nach der richtigen Einstellung, sollten Sie unbedingt fernab des normalen Straßenverkehrs die Funktion prüfen.

Wir empfehlen die Einstellung durch Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler vornehmen zu lassen. Falls Sie die Einstellung selber durchführen, halten Sie sich bitte an die folgenden Hinweise.

1. Der Umwerfer

- Die mechanischen Begrenzungsschrauben:

Starten Sie mit der Einstellung der Begrenzungsschrauben **(Bild 15)**, (es gibt zwei)

Bild 15

Die untere Einstellschraube L hindert die Kette daran von dem kleinsten Zahnrad/Ritzel auf den Rahmen zu fallen.

Die obere Einstellschraube H hindert die Kette daran von dem großen Zahnrad zu fallen.

Um so fester Sie die einzelnen Schrauben drehen desto geringer ist der Spielraum der Mechanik.

Beachten Sie: Normalerweise drehen Sie im Uhrzeigersinn fest und gegen dem Uhrzeigersinn wieder los.

Zur richtigen Einstellung berücksichtigen Sie bitte folgende Abstände:

-0,5mm zwischen der Kette und dem inneren Teil der Kettenführung wenn sich die Kette auf dem kleinen Zanhrad befindet.

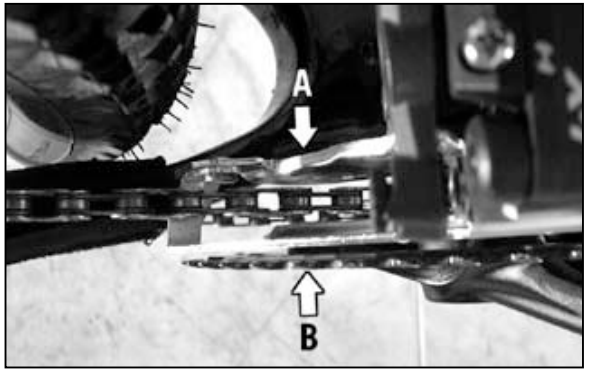


Bild 16

-0.5mm zwischen der Kette und dem inneren Teil der Kettenführung wenn sich die Kette auf dem großen Zahnrad befindet.

Beispiel: Wenn sich die Kette auf dem kleinen Kettenring befindet und den inneren Teil der vorderen Kettenführung berührt, lösen Sie die L Schraube langsam bis Sie den empfohlenen Abstand erreicht haben.

TIP! Kabel, die in einem nicht guten Zustand sind können der Grund für einen schlechten Gangwechsel sein. Bitte wenden Sie sich in dem Fall an Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler, damit dieser die Kabel und Leitungen wechselt.

-Kabelspannung :

Die Kabelspannung bestimmt einen präzisen Gangwechsel. Die Spannung wird an einem Ring eingestellt, der sich zu Beginn des Kabels am Schalter befindet **(Bild 17)**. Je mehr Sie den Ring lockern, desto mehr wir das Kabel gepsannt. Je fester Sie den Ring drehen, desto mehr Spannung geht verloren.

Bild 17

Falls Sie Probleme haben die Kette von dem mittleren auf das große Kettenblatt zu wechseln, müssen Sie die Spannung erhöhen:

. Setzen Sie die Kette auf das kleinste Zahnrad

. Schrauben Sie den Ring an der vorderen Schaltung eine halbe Umdrehung zurück.

. Wechseln Sie mit Hilfe des Schalters auf den mittleren Ring.

. Wiederholen Sie den Vorgang bis Sie problemfrei schalten können.

Falls Sie Probleme haben die Kette von dem mittleren auf den kleinen Ring zu wechseln, müssen Sie die Spannung lösen:

. Setzen Sie die Kette auf das größte Zahnrad.

. Schrauben Sie den Ring an der vorderen Schaltung eine halbe Umdrehung vor.

. Wechseln Sie mit Hilfe des Schalters auf den mittleren Ring.

. Wiederholen Sie den Vorgang bis Sie problemfrei schalten können.

TIP! Sollte Ihre Schaltung nicht einwandfrei funktionieren, kann dies von einer falschen Einstellung des Umwerfers kommen. Die Kettenführung des Umwerfers sollte parallel zu den Zahnrädern stehen. Sie sollte max. 3mm über dem höchsten Zahn stehen. Bei Fragen sehen Sie bitte in die Hersteller Betriebsanleitung, die mit Ihrem Bike ausgeliefert wurde oder fragen Sie Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler.

Bild 18

2. Das Schaltwerk:

- Die Schaltwerkstellschraube:

Starten Sie mit der Einstellung der Schaltwerkstellschraube **(Bild19)**, (es gibt zwei)

Die untere Schraube L hindert die Kette daran von dem größten Zahn in die Speiche zu fallen. Innerer Anschlag!
Die obere Schraube H hindert die Kette daran von dem niedrigsten Zahn in die Speichen zu fallen. Ausserer Anschlag!

Um so fester Sie die einzelnen Schrauben drehen desto geringer ist der Spielraum der Mechanik.

Bild19

Für die richtige Einstellung berücksichtigen Sie bitte Folgendes:
Erst mal Kette vorne auf das große Kettenblatt und hinten auf das kleinste Ritzel.
Positionieren Sie das obere Leitröllchen genau unter dem kleinsten Ritzel.

Kabelspannung:

Die Kabelspannung ist entscheidend für ein präzises Wechseln der Gänge. Die Spannung wird an einem Ring eingestellt, der sich zu Beginn des Kabels am Schalter befindet **(Bild 17)**. Je mehr Sie den Ring lösen desto mehr wir das Kabel gepsannt. Je fester Sie den Ring drehen, desto mehr Spannung geht verloren.

TIP! Sollte Ihr Schaltwerk nicht richtig funktionieren, kann es sein, dass Ihr Schaltauge verbogen ist. Das Schaltauge ist nicht weiter verwendbar, wenn Ihr Schalt werk von hinten aus gesehen nicht parallel zum hinteren Laufrad steht (Bild 20). Dann müssen Sie das Schaltauge wechseln.

Bild 20

Sollten Sie Problem beim Schalten haben, verhalten Sie sich wie folgt:

1. Einstellung für das Heraufschalten der Gänge.

2. Setzen Sie die Kette auf das kleinste Zahnrad.

3. Schalten Sie mit dem Schalter einen Gang hoch.

4. Wenn der Gangwechsel nicht korrekt funktioniert, lösen Sie bitte den Bolzen auf dem Hebel der hinteren Gangschaltung um eine halbe Umdrehung (gegen den Uhrzeigersinn drehen).

5. Setzen Sie die Kette wieder auf das kleinste Ritzel und wieder holen Sie den Vorgang solange, bis die Gänge problemlos gewechselt werden können.

Einstellung für das Herunterschalten der Gänge.

1. Setzen Sie die Kette auf das größte Ritzel.

2. Schalten Sie mit dem Schalter einen Gang runter.

3. Wenn der Gangwechsel nicht korrekt funktioniert, drehen Sie bitte den Bolzen auf dem Hebel der hinteren Gangschaltung um eine halbe Umdrehung fester (im Uhrzeigersinn drehen).

4. Setzen Sie die Kette wieder auf das größte Zahnrad und wiederholen Sie den Vorgang so lange, bis das Ergebnis zufriedenstellend ist.

IV. WARTUNGEN DES BIKES

Durch eine regelmäßige Pflege werden Sie lange Freude an Ihrem Bike haben.

>> WICHTIG
Wie alle mechanischen Komponente braucht Ihr Bike eine gwewisse Einfahrzeit. Die Spannung der Speichen wird sich vereinheitlichen, die Kabel werden sich dehnen und die mechanischen Teile setzen sich. Auch wenn Sie keine Problem haben, müssen Sie Ihr Bike nach etwa 300km zu Ihrem autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler für eine Inspektion bringen.

Nach jeder Fahrt im Regen oder wenn ihr Bike verschmutzt ist, muss dies gründlich gereinigt werden. Benutzen Sie keinen Hochdruckreiniger, da sonst Wasser in die Mechanik gelangen und so Ihr Bike beschädigt werden kann. Nutzen Sie eine weiche Bürste und biologisch abbaubaren Reiniger oder Entfetter. Schütteln Sie das Bike vorsichtig, so dass das Wasser auch aus allen Ritzen raus ist und trocknen Sie es sorgfältig ab. Sie können auch die Sattelstüze entfernen um Wasser aus dem Rahmen zu entfernen.

ACHTUNG! Prüfen Sie nach jeder Wäsche die Schweißnähte am Rahmen auf Risse. Sollten Sie Zweifel haben, bringen Sie das Bike sofort zu Ihrem autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler.

Schmierung

Die Übersetzungselemente (Kette, Kassette und Kettenring) benötigen Ihre ganze Aufmerksamkeit. Die Teile müssen sauber gehalten und regelmäßig gefettet werden. Nach jeder Wäsche, jeder Fahrt durch den Regen oder aber wenn die Kette trocken ist muss diese mit speziellem Kettenfett neu geschmiert werden. Verwenden Sie für die Reinigung einen biologisch abbaubaren Entfetter. Nach dem ersten Auftragen des Fettes drehen Sie die Pedale und schalten Sie durch die Gänge um das Öl überall zu verteilen. Das überschüssige Öl entfernen Sie mit einem Tuch, um das Bike nicht zu verschmutzen bzw zu verschmieren.

ACHTUNG! Stellen Sie sicher, dass kein Öl an die Räder oder an die Scheibenbremse kommt, da sonst keine volle Bremsleistung möglich ist. Bitte wenden Sie sich in dem Fall an Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler zur Prüfung der mit Öl verdreckten Brems-Elemente.

TIP! Ihr Bike hat versiegelte Lager. Daher ist es weder notwendig noch möglich diese zusätzlich zu fetten. Für die Instandsetzung dieser Lager wenden Sie sich an Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler, da besondere Werkzeuge und Kenntnisse notwendig sind.

Zeitplan für Inspektionen und Austausch diverser Komponenten

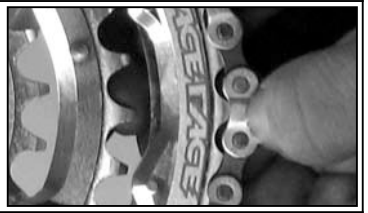
ACHTUNG! Intensiver und/oder Wettbewerbseinsatz des Bikes beschleunigt den Verschleiß einzelner Komponenten. Sie riskieren einen Unfall wenn Sie die Gebrauchsdauer einer Komponente überschreiten, da diese dann nicht mehr richtig funktioniert. Alle Art von Rissen und Verfärbungen an einer Komponente sind Anzeichen eines Verschleißes und diese Komponente sollte unverzüglich ausgetauscht werden.

>> WICHTIG
Alle Teile dürfen nur durch ein identisches Teil ersetzt werden. Es ist sehr zu empfehlen, dass nur Originalteile verbaut werden. Bei Nichtberücksichtigung kann die Garantie verfallen, die Qualität nachlassen und die Sicherheit beeinträchtigen. Die Reparatur sollte nur von einem autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler durchgeführt werden, da besondere Werkzeuge und Kenntnisse vorhanden sein müssen.

In jedem Fall sollte mindestens einmal im Jahr eine Inspektion des Bikes bei einem autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler durchgeführt werden; auch wenn das Bike nur selten genutzt wird oder keinerlei Verschleiß aufweist.

Wie alle mechanischen Teile werden auch diverse Teile an Ihrem Bike sich mit der Zeit abnutzen. Da man für diese Teile keine zeitliche Lebenserwartung abgeben kann, haben wir eine Liste mit Merkmalen aufgestellt, die Ihnen die Entscheidung eines Austausches zum richtigen Zeitpunkt erleichtern soll.

1. Ersatzteile

Komponenten	Prüfen des Verschleißzustandes	Zusätzliche Infos
Reifen	Das Reifenprofil sollte mindestens 1mm betragen und der Reifen darf nicht beschädigt sein.	Sollten Sie den Reifen durch einen breiteren Reifen tauschen kann der Abstand zwischen der Pedale und dem Reifen dezimiert werden. Stellen Sie sicher, dass Ihre Füße während des Lenkens nicht den Vorderreifen berühren.
Reifendruck	Der Luftdruck sollte zwischen 2 Fahrten gleich bleiben	
Felgen (im Falle von Felgenbremsen)	Die Seitenränder sollten nicht verschlissen sein. Checken Sie den Brems Abnutzungsanzeiger	
Felgenband	darf nicht geknickt oder (ein)gerissen sein	
Bremsscheibe	dürfen nicht verzogen, rissig oder zu stark abgenutzt sein	
Spannelemente, Bremsbeläge	Die Bremsbeläge sind mit einer Verschleißanzeige ausgestattet	
Kabel und Kabelkanal	Dürfen nicht verrostet oder ausgefranst sein	
Kette und Kettenblatt	Mit der Kette auf dem großen Kettenring/Kettenblatt dürfen keine Zähne zu sehen sein, wenn Sie die Kette wegziehen.	Tauschen Sie Kette und Kassette immer zusammen aus. Schmieren Sie die Kette regelmäßig.  **Bild 21**
Kassette	Die Zähne dürfen nicht spitz oder verfomt sein	Ersetzen Sie diese nach zwei Kettenwechseln.
Naben, Innenlager, Kurbel, Steuersätze, Vorderbau, Pedale etc...	Dürfen kein Spiel haben, sollten Sich leicht bewegen lassen.	
Vorbauten, Spacers und Reducers	Dürfen kein Spiel haben	

BEACHTEN SIE: Die Herstellergarantie beinhaltet nicht den Ersatz der Teile!

2. Sicherheits Komponenten:

Komponente	Prüfen des Verschleißzustandes	Kommentare
Lenker und Lenkstange	darf keine Risse oder Verfärbungen der Oberfläche vorweisen.	Sollte einmal im Jahr ausgestauscht werden.
Rahmen	darf keine Risse oder Verfärbungen der Oberfläche vorweisen.	
Federgabel und Dämpfer	Es darf kein erkennbarer Spielraum vorhanden sein (ein kleiner Spielraum ist möglich). es darf kein Öl auslaufen. Darf keine Risse oder Verfärbungen der Oberfläche vorweisen.	Eine regelmäßige Wartung ist erforderlich. Für weitere Information sehen Sie bitte in die Anleitung des Herstellers.
Reifen	Der Reifen sollte rund drehen Die Felge darf nicht verformt oder rissig sein Die Speichen sollten die korrekte Spannung haben	
Schnellspannsysteme	Die Kraft zum Blocken des Reifes sollte immer konstant bleiben.	Bei Fehlfunktion sofort austauschen.
Felgenbremssystem, Hebel und Arme	Der Kraftaufwand um den Bremshebel zu betätigen sollte dem Neuzustand entsprechen. Muss fehlerfrei funktionieren	Bei Fehlfunktion sofort austauschen.
Hydraulik Bremssystem	Der Kraftaufwand um den Bremshebel zu betätigen sollte dem Neuzustand entsprechen. Muss fehlerfrei funktionieren. Der Bremsschlauch darf nicht geknickt oder verformt sein. Es darf keine Flüssigkeit austreten.	Hydraulische Bremsen müssen regelmäßig gewartet werden. Die Bremsflüssigkeit muss jährlich gewechselt werden. Für weitere Informationen schauen Sie bitte in die Anleitung des Herstellers.
Schrauben, Muttern und Achsen	Dürfen nicht quietschen oder rosten, Die Schrauben dürfen nicht deformiert sein.	Ziehen Sie regelmäßig die Schrauben nach.

3. Andere Komponente:

Komponente	Prüfen des Verschleißzustandes	Kommentare
Schaltwerk und Umwerfer	**L**eichtes Schalten sollte möglich sein. Keine Deformierungen am Schaltwerk, Schaltauge oder Umwerfer	Bei Problemen sofort auswechseln
Hebel	Sollten nicht zuviel Spiel haben	Bei Problemen sofort auswechseln
Griffe	Sollte einen festen Griff ermöglichen. Griffe dürfen nicht drehen.	
Sattel	Der Sattel darf nicht knarren, Ränder dürfen nicht deformiert sein.Sattel sollte bequem sein.	
Sattelstange	Darf keine Anzeichen von Rissen oder Verformungen aufweisen. Die Sattelstange sollte leicht in und aus dem Rahmen zu bewegen sein.	Vergessen Sie nicht die Sattelstange leicht zu fetten um eine eine Verbindung mit dem Rahmen zu vermeiden. Achtung! NICHT BEI CARBON RAHMEN (Kap V)
Kurbelsatz und Tretlager	Darf keine Anzeichen von Rissen oder Verformungen aufweisen.	Einen Austausch des Kurbelsatzes durch eine langarmige Version kann den Abstand zwischen den Pedalen und des Vorderrades reduzieren. Stellen Sie sicher, dass Ihre Füße während des Lenkens nicht den Vorderreifen berühren.
Pedale	Darf keine Anzeichen von Rissen oder Verformungen aufweisen. Pedale dürfen kein Spiel haben. Die Achsen dürfen nicht verformt sein.	

V. BESONDERHEITEN BEI CARBON UND TITANRAHMEN

Rahmen aus Karbonfaser

Rahmen aus Karbonwerkstoff sind heutzutage die technologische Spitze und werde aus Karbonfasern und Harz hergestellt.
Die unglaublichen mechanischen Eigenschaften ermöglichen die Produktion von widerstandsfähigen und trotzdem besonders
leichten Komponenten.
Karbon wird in einer bestimmten Menge bei der Herstellung unserer Bikes eingesetzt. Durch die gewonnene Gewichtseinsparung und die Verbesserung der Dynamik kann ein bestmöglicher Auftritt
garantiert werden.
Aber das Material muss vorsichtig behandelt werden. Anders als Metall lässt Karbon keine Materialermüdung oder Bruchstellen erkennen. In Folge eines Stoßes oder bei großer Belastung werden äußerlich keine Deformierungen o.Ä. zu erkennen sein, während das Material innen durchaus beschädigt sein kann, um dann plötzlich durchbricht.

> WICHTIG
Um einen möglichen Materialbruch zu verhindern, müssen folgende Regeln eingehalten werden:
- Karbon verträgt nur bedingt größeren Druck. Stellen Sie sicher, dass die einzelnen Karbon-Teile an Ihrem Bike keinen größeren Druck oder Schläge abbekommen. Seien Sie beim Transport Ihres Bikes besonders vorsichtig.
- Sollten Sie während des Fahrens ungewöhnliche Geräusche hören wie z. Bsp: Knarren, Knacken, Schleifen oder andere Geräusche, könnte das eine Abnutzung des Karbons bedeuten. BITTE STOPPEN SIE SOFORT DAS FAHRRADFAHREN; die Gefahr eines Materialbruches ist zu groß. Bringen Sie das Bike sofort zu Ihrem autoriserten Commençal Bicycles Fachhändler um eine genaue Inspektion machen zu lassen.
- Fahren Sie nicht mit dem Rad falls ein Karbonelement einen Riss oder Sprung hat oder sich das Material verfärbt hat...

ACHTUNG! Stellen Sie sicher, dass Sie die erforderlichen Anzugsmomente für den vorderen Umwerfer (Bild 22) einhalten, weil sonst irreparable Schäden am Rahmen entstehen können.

Bild 22

Stellen Sie sicher, dass Sie die Sattelstange nicht fetten, da sonst eine sichere Befestigung nicht möglich ist.

Hinweis: Mit Hilfe des technischen Dokumentenblattes finden Sie heraus, ob an Ihrem Bike Karbonteile verbaut sind.

TITAN

Titan wird wegen des hohen Preises und des hohen technischen Arbeitsaufwandes nur für Rahmen eines high-end Bikes verwendet. Dieses Metall weist einmalige mechanische eigenschaften auf, die sich insbesondere im Komfort und der Leichtigkeit zeigen.

Titan wird für eine spezielle Anzahl unserer high-end Modelle verwendet. Die Gewichtsreduzierund und die dynamische Verbesserung des Bikes versprechen eine bestmögliche Performance.

ACHTUNG! Titan rostet wenn es in Kontakt mit anderen Metallen kommt und die beiden Metalle verbinden sich miteinander. Um einem Rostbefall vorzubeugen müssen die Titankomponente mit einem speziellen antihaft Fett behandelt werden. Alle Titanteile müssen eingefettet werden.

VI. ANZUGSMOMENTE

Um die Zuverlässigkeit Ihres Bikes zu garantieren, müssen alle Schrauben mit dem vorgeschriebenen Anzugsmoment festgezogen werden. Dafür ist ein Drehmomentschlüssel erforderlich.

Die Anzugsmomente sind auf den jeweiligen Komponenten eingeprägt oder aber in dem Handbuch zu finden.

Sollten Sie nicht fündig werden, halten Sie sich bitte an die unten angegebenen Werte.

Schrauben Typ	Anzugsmomente (in Newton Meter)	Anzugsmomente (in Pfund per Fuß)
M4 Schraube	4,5 - 5,5 Nm	3 - 4,1 Lb ft
M5 Schraube	5,5 - 6,5 Nm	4,1 - 4,8 Lb ft
M6 Schraube	9,8 - 11,7 Nm	7,2 - 8,6 Lb ft
M8 Schraube	22 - 24 Nm	16,2 - 17,7 Lb ft
M10 Schraube	30 - 35 Nm	22,2 - 25,9 Lb ft

ACHTUNG! Wenn Sie diese Angaben nicht berücksichtigen können ein oder mehrere Komponente unerwartet brechen und Sie können sich schwer verletzen. Sollten Sie Zweifel haben wenden Sie sich bitte an Ihren autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler um die Anzugsmomente prüfen zu lassen.

VII. GARANTIE UND SERVICE

Auf Commençal Bicycles Rahmen haben Sie 2 Jahre Garantie, beginnend mit dem Kaufdatum. Während dieser Zeit wird **Commençal Bicycles** jeden Herstellungs-
fehler am Rahmen reparieren oder ersetzen. Auf jedes reparierte oder ersetzte Teil erhalten Sie eine Garantie entsprechend der Restlaufzeit für das (ersetzte) Originalteil. Auf **Commençal Bicycles** Ersatzteile erhalten Sie 1 Jahr Garantie

Für verbaute Teile an **Commençal Bicycles** gelten die Garantielaufzeiten der jeweiligen Hersteller. Bitte wenden Sie sich an Ihren örtlichen autorisierten Commençal Bicycles Fachhändler für weitere Informationen.

Wenn Sie einen Fehler an Ihrem Bike entdecken wenden Sie sich bitte an Ihren autorisierten **Commençal Bicycles** Fachhändler. Den nächstgelenen Händler finden Sie auf unserer website www.commencal.com. Die gültigen Garantiebedingungen finden Sie dort ebenfalls.

Wir danken für Ihr Vertrauen in Commençal Bicycles und wünschen Ihnen viel Spaß!